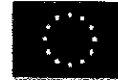




KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.



Zespół Szkół Integracyjnych Nr 1
we Włocławku
Gimnazjum Nr 5 Integracyjne
im. Tadeusza Zawadzkiego "Zośka"
ul. Wieniecka 46, 87-800 Włocławek
Tel./fax: 54 236 09 15 sekr./ 230 91 07 dyr.

Nr 41/ZSI1-G/2013/2014

DYREKTOR
Zespołu Szkół Integracyjnych nr 1
we Włocławku

mgr Dorota Grzybowska

META-TUTOR

Innowacyjny system kształcenia interdyscyplinarnego z zakresu przedmiotów matematyczno-przyrodniczych dla szkół gimnazjalnych

INNOWACYJNY PROGRAM NAUCZANIA PRZEDMIOTÓW MATEMATYCZNO-PRZYRODNICZYCH DLA KLAS GIMNAZJALNYCH REALIZOWANY W FORMIE INTERDYSYPLINARNEJ Z WYKORZYSTANIEM TIK Z ZAŁĄCZNIKAMI

matematyka, fizyka, geografia, chemia, biologia

Marta Krużyńska

**Gimnazjum nr 5 Integracyjne w Zespole Szkół Integracyjnych nr 1 we
Włocławku**

Charakterystyka programu nauczania

INNOWACYJNY PROGRAM NAUCZANIA PRZEDMIOTÓW MATEMATYCZNO-PRZYRODNICZYCH DLA KLAS GIMNAZJALNYCH REALIZOWANY W FORMIE INTERDYSCYPLINARNEJ Z WYKORZYSTANIEM TIK Z ZAŁĄCZNIKAMI

Podstawowe założenia programu

Obowiązująca podstawa programowa określa trzy cele kształcenia ogólnego na III i IV etapie edukacyjnym. Po pierwsze – przyswojenie przez uczniów określonego zasobu wiadomości na temat faktów, zasad, teorii i praktyk. Po drugie – zdobycie przez uczniów umiejętności wykorzystania posiadanych wiadomości podczas wykonywania zadań i rozwiązywania problemów. Po trzecie – kształtowanie u uczniów postaw warunkujących sprawne i odpowiedzialne funkcjonowanie we współczesnym świecie. Do najważniejszych umiejętności zdobywanych przez ucznia w trakcie kształcenia ogólnego na III i IV etapie edukacyjnym należy czytanie, myślenie matematyczne, myślenie naukowe, umiejętność komunikowania się w języku ojczystym i w językach obcych, umiejętność wyszukiwania, selekcjonowania i krytycznej analizy informacji, umiejętność rozpoznawania własnych potrzeb edukacyjnych oraz uczenia się, umiejętność pracy zespołowej oraz umiejętność sprawnego posługiwania się nowoczesnymi technologiami informacyjno-komunikacyjnymi. Przygotowanie uczniów do życia w społeczeństwie informacyjnym jest jednym z głównych zadań szkoły na III i IV etapie edukacyjnym. Zgodnie z wymaganiami nauczyciele powinni stwarzać uczniom warunki do nabywania umiejętności wyszukiwania, porządkowania i wykorzystywania informacji z różnych źródeł, z zastosowaniem technologii informacyjno-komunikacyjnych, na zajęciach z różnych przedmiotów. Opracowany program: „META-TUTOR: Innowacyjny program nauczania przedmiotów matematyczno-przyrodniczych dla klas gimnazjalnych w formie interdyscyplinarnej z wykorzystaniem TIK” ma na celu stworzenie uczniom wyżej wspomnianych warunków w zakresie nauki przedmiotów matematyczno-przyrodniczych tj.: matematyki, chemii, fizyki, geografii i biologii. Ponadto zakłada, że wykorzystanie w ramach realizacji programu zasobów stworzonej na jego potrzeby platformy edukacyjnej, wpłynie znacząco na zwiększenie zainteresowania nauką przedmiotów matematyczno-przyrodniczych we wczesnych fazach ich nauki oraz poziom osiągnięć edukacyjnych uczniów.

Szczegółowe cele kształcenia i wychowania

Cel główny: Poprawa jakości i metod nauczania we wczesnych fazach kształcenia przedmiotów matematyczno-przyrodniczych

Cele kształcenia:

Uczeń:

- zdołał podstawowe kompetencje matematyczno-przyrodnicze i kompetencje informatyczne,
- korzysta z zasobów platformy edukacyjnej META-TUTOR w celu nabywania nowych umiejętności i przyswajania wiadomości z zakresu przedmiotów matematyczno-przyrodniczych,
- dochodzi do rozumienia, a nie tylko pamięciowego opanowania przekazywanych treści,
- realizuje wymagania szczegółowe zawarte w podstawie programowej dla III etapu edukacyjnego z przedmiotów matematyczno-przyrodniczych: matematyka, biologia, geografia, chemia, fizyka
- rozumie i stosuje terminologię z zakresu realizowanych treści w obszarze przedmiotów matematyczno-przyrodniczych

Cele wychowania:

Uczeń:

- jest zainteresowany nauką przedmiotów matematyczno-przyrodniczych,
- rozumie na czym polega interdyscyplinarność przedmiotów matematyczno-przyrodniczych,
- planuje pracę, opracowuje proces wykonania zadania,
- jest świadomy korzyści wynikającej z właściwej organizacji pracy
- umiejętnie pracuje w zespole, ma poczucie odpowiedzialności za grupę
- poszukuje nowych, alternatywnych sposobów uczenia się
- samodzielnie dochodzi do rozwiązania postawionego problemu/zadania
- stosuje technologię informacyjno-komunikacyjną (TIK)
- podejmuje własne inicjatywy edukacyjne
- wyszukuje, selekcjonuje i analizuje informacje

Treści nauczania

Treści wraz ze szczegółowymi osiągnięciami uczniów z poszczególnych przedmiotów matematyczno-przyrodniczych wymienione w Załączniku do programu.

Uwagi o realizacji programu

Sposoby osiągania celów kształcenia i wychowania

- Realizacja zajęć edukacyjnych w pracowni wyposażonej w tablicę interaktywną oraz sprzęt komputerowy z dostępem do Internetu,
- Wykorzystanie zasobów interaktywnej platformy edukacyjnej META TUTOR do realizacji treści przewidzianych programem nauczania przedmiotów matematyczno-przyrodniczych (wykorzystanie narzędzi TIK)
- Wykorzystanie zasobów platformy edukacyjnej META TUTOR w celu powtórzenia i utrwalenia wiadomości i umiejętności przez uczniów w formie pracy na lekcji oraz w zakresie samodzielnej nauki ucznia
- Wybór optymalnych metod pracy przez nauczyciela. Stosowanie różnorodnych metod nauczania: metody podające; metody poszukujące; metody problemowe; metody eksponujące; metody praktyczne.
- Metody aktywizujące: doświadczenia i eksperymenty; burza mózgów; drzewo decyzyjne; mapa mentalna; metoda projektu; praca z materiałami źródłowymi.
- Korelacja treści z zakresu przedmiotów matematyczno-przyrodniczych
- Wykorzystanie różnorodnych środków dydaktycznych, w tym TIK, dla urozmaicenia form przekazu materiałów dydaktycznych
- Systematyczność realizacji poszczególnych zadań przez ucznia
- Stosowanie zasady stopniowania trudności w procesie realizacji programu nauczania
- Indywidualizacja pracy z uczniem
- Wykorzystanie obudowy dydaktycznej w formie podręczników i ćwiczeń przedmiotowych.
- Różnorodne formy pracy: indywidualna, zbiorowa, w grupach, konkurs zadaniowy, konsultacje, turniej itp.
- Stosownie możliwości komunikowania się uczeń – nauczyciel, poprzez wykorzystanie platform edukacyjnej META TUTOR w celu przesyłania zadań, zadawania pytań, uzyskiwania dodatkowych informacji.
- Jednoczesna realizacja zadań edukacyjnych w zakresie nauki przedmiotów matematyczno-przyrodniczych przez uczniów i nauczycieli poszczególnych przedmiotów.
- W procesie realizacji treści nauczania odwoływanie się do praktyki i sytuacji rzeczywistych.
- Inspirowanie ucznia do samodzielnego poszukiwania wiedzy i pośrednio kierowanie tym procesem.
- Bieżąca kontrola i ocena osiągnięć ucznia.
- Dostosowanie stopnia trudności i zadań do potrzeb i możliwości uczniów.
- Planowanie procesu dydaktycznego na podstawie diagnozy wstępnej i stosowaniu elementów oceniania kształtującego.

Opis założonych osiągnięć ucznia

Podniesienie poziomu kształcenia w obszarze przedmiotów matematyczno-przyrodniczych u uczniów realizujących program. Opanowanie przez uczniów wymagań szczegółowych zawartych w podstawie programowej kształcenia ogólnego dla III etapu edukacyjnego z przedmiotów edukacyjnych: matematyka, fizyka, chemia, biologia, geografia. Wzrost zainteresowania nauką przedmiotów matematyczno-przyrodniczych przez ucznia. Postawa poszukująca ucznia w zakresie zdobywania wiedzy. Umiejętne wykorzystanie przez ucznia technologii komputerowej w procesie realizacji wymagań programowych. Korzystanie przez ucznia z różnych źródeł informacji. Umiejętne stosowanie zdobytej wiedzy w praktyce.

Propozycje kryteriów oceny i metod sprawdzania osiągnięć ucznia:

- Ocenianie zgodne z rozporządzeniem MEN - (Dz.U.2007.83.562) ROZPORZĄDZENIE MINISTRA EDUKACJI NARODOWEJ z dnia 30 kwietnia 2007 r. w sprawie warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy oraz przeprowadzania sprawdzianów i egzaminów w szkołach publicznych (z późn.zm)
- Bieżąca ocena osiągnięć ucznia poprzez stosowanie różnorodnych metod kontroli osiągnięć uczniów – obserwację aktywności i zaangażowania, kontroli samodzielnej pracy, sprawdzanie i ocenianie ćwiczeń wykonywanych na lekcji lub zadawanych do wykonania w domu, kartkówki i sprawdziany, prace klasowe,

obserwacje ucznia w pracach grupowych i samodzielnych.

- Ocenianie ucznia w formie wspierania w osiągnięciu celów, diagnozowaniu i motywowaniu do dalszej pracy.
- W stosowanie zadań o różnym stopniu trudności.
- Wdrażanie do samooceny.
- Ustalenie wymagań edukacyjnych na poszczególne oceny klasyfikacyjne – semestralne/roczne z poszczególnych przedmiotów edukacyjnych: matematyka, chemia, fizyka, biologia, geografia.
- Ocenianie bieżące, ciągle, systematyczne z zastosowaniem elementów oceniania kształtującego.
- Bieżące informowanie ucznia o postępach i trudnościach w nauce oraz sposobach poprawy popełnianych błędów i możliwościach uzupełnienia i wyrównania braków programowych.

geografia

Cele

- **Korzystanie z różnych źródeł informacji geograficznej.**: Uczeń dokonuje obserwacji i pomiarów w terenie; potrafi korzystać z planów, map, fotografii, rysunków, wykresów, danych statystycznych, tekstów źródłowych oraz technologii informacyjno-komunikacyjnych w celu gromadzenia, przetwarzania i prezentowania informacji geograficznych.
- **Identyfikowanie związków i zależności oraz wyjaśnianie zjawisk i procesów.**: Uczeń posługuje się podstawowym słownictwem geograficznym w toku opisywania oraz wyjaśniania zjawisk i procesów zachodzących w środowisku geograficznym; identyfikuje związki i zależności w środowisku przyrodniczym, gospodarce i życiu społecznym w różnych skalach przestrzennych (lokalnej, regionalnej, krajowej, globalnej); rozumie wzajemne relacje przyroda-człowiek; wyjaśnia zróżnicowanie przestrzenne warunków środowiska przyrodniczego oraz działalności człowieka na Ziemi.
- **Stosowanie wiedzy i umiejętności geograficznych w praktyce.**: Uczeń wykorzystuje wiedzę i umiejętności geograficzne w celu lepszego rozumienia współczesnego świata i swojego w nim miejsca; stosuje wiadomości i umiejętności geograficzne w życiu codziennym, m.in. w racjonalnym wykorzystaniu zasobów środowiska.
- **Kształtowanie postaw.**: Uczeń rozwija w sobie: ciekawość świata poprzez zainteresowanie własnym regionem, Polską, Europą i światem; świadomość wartości i poczucie odpowiedzialności za środowisko przyrodnicze i kulturowe własnego regionu i Polski; patriotyzm i poczucie tożsamości (lokalnej, regionalnej, narodowej) przy jednoczesnym poszanowaniu innych narodów i społeczności - ich systemów wartości i sposobów życia.

Dodatkowe cele

Metody

- **Określanie celów** : Jedną z kilku cech, które wyróżniają szkoły odnotowujące znaczną poprawę osiąganych wyników na tle innych, jest upewnianie się, że uczniowie określają indywidualne i jednocześnie ambitne cele. Następnie zaś pilnowanie, by kontrolowali postęp na drodze do ich osiągnięcia. Istnieje o wiele większe prawdopodobieństwo osiągnięcia celów, jeśli spisujemy je na kartce papieru bądź powiemy o nich komuś innemu - czy chodzi o zredukowanie wagi, kiedy jesteś dorosły, czy dostanie dobrego stopnia bądź przepustki, kiedy jesteś uczniem. Poproś więc uczniów, aby zapisali swoje edukacyjne cele na pocztówkach, podpisali je i wręczyli ci, kiedy będą już gotowe. Możesz je później wykorzystywać, uznawszy, że mogliby włożyć więcej pracy i starań w poszczególne zadania.
- **Gotowe Notatki do Powtórek**: Uczniom potrzebne są wskazówki i podpowiedzi, w jaki sposób prowadzić dobre notatki. Nie wszyscy uczniowie czują się komfortowo w tworzeniu map myśli - mogą one nie pasować do ich stylu uczenia się. Poniższy format, sprawdzony i przebadany, odpowiada uczniom myślącym bardziej linearnie. Poprowadź wzdłuż strony linię i podziel ją, zostawiając mniej więcej dwie trzecie miejsca po lewej stronie. Uczniowie właśnie po lewej zapisują swoje notatki. Pod koniec lekcji poświęć kilka chwil na wypisanie podstawowych haseł w kolumnie po prawej stronie, mogą to być również odpowiednie cytaty, przykłady, wzory czy definicje. Wreszcie na samym końcu uczniowie wyciągają wnioski z przedstawionych faktów. Zaleta tego typu notatek jest dwójaka. Po pierwsze, zachęcają uczniów do myślenia o tym, czego się nauczyli - podstawowy element zrozumienia i zapamiętywania. Po drugie, notatki są prowadzone w taki sposób, że powtórki przed testem czy sprawdzianem są łatwe i nie zabierają dużo czasu. Kiedy uczeń odczyta podstawowe hasła i przykłady, szczegóły dotyczące tematu powrócą wielką falą. Taka forma prowadzenia notatek pozwala powtarzać materiał według określonego schematu (patrz: fragment dotyczący pamięci), który może poprawić zdolność zapamiętywania tematu aż o 400 procent!
- **Wyniki Uczenia się. Pokaż im, czego oczekujesz!**: Kiedy otrzymujesz od któregoś z uczniów pracę, która jest właśnie taka, na jakiej ci zależy, zeskanuj ją do komputera i wyświetl na tablicy multimedialnej. Zaznacz dokładnie miejsca dowodzące, że praca jest naprawdę dobra. Wielu uczniów często nie wie, jak powinna wyglądać praca na dobrym poziomie. Muszą zobaczyć cel. Dlatego tak ważne jest bycie konkretnym i dokładnym, gdy mówimy o naszych oczekiwaniach względem prac domowych. To sprawdza się naprawdę dobrze. - Czego nauczymy się na dzisiejszej lekcji? np. Nauczymy się dodawać. np. Nauczymy się, jak planować i pisać opowiadanie detektywistyczne. np. Nauczymy się, jak odróżniać ciecze od ciał stałych. - W jaki sposób mogę udowodnić, że wiem, albo potrafię to wykonać? Umieć wyjaśnić, dlaczego paliwo kopalne powstaje ze związków organicznych W Anglii dla pokazania, jakie kryterium nauczyciel zastosuje, oceniając kolejne prace domowe, wykorzystujemy akronim USZ oraz TCST: USZ oznacza Uczę Się, Żeby TCST oznacza To, Czego Szukam, To Jeśli stosuje się je dostatecznie często, uczniowie zaczynają się przyzwyczajać do kojarzenia uczenia się z celami, dla których się uczą, i wówczas mogą rozpocząć ocenianie własnej nauki. W ten sposób nie tylko kształtujemy samodzielnych uczniów, jakich chcemy widzieć na naszych lekcjach, ale również uczniów, którzy czują się bezpieczniej, ponieważ wiedzą, czego się od nich oczekuje. To wszystko jest częścią naszego całościowego celu, czyli sprawienia, by proces uczenia stał się dostrzegalny i kontrolowany.
- **Ocena wstępna**: Cała wiedza budowana jest na uprzednio zdobytych informacjach. Zaczynając od wizualizacji ogólnego zarysu, możesz wyjść z pytaniem o to, co już wiedzą na dany temat. Informacje pochodzą od nich i sprawiają, że aktywnie zaczynają uczestniczyć w procesie nauki. Taki wywiad pomaga ci również ocenić, na czym należy skoncentrować się w trakcie prowadzenia lekcji - bo skąd możemy wiedzieć, czego uczyć, jeśli nie mamy pewności, co nasi uczniowie już wiedzą?
- **Koncentracja**: Ludzki umysł pracuje znacznie szybciej niż potrafisz mówić - dlatego czasami tracimy uwagę słuchaczy - nawet jeśli temat i sposób, w jaki go prezentujemy, jest zajmujący. Spróbuj utrzymać uwagę uczniów poprzez zadanie 5 pytań, na które odpowiedź padnie w trakcie lekcji podczas omawiania tematu. Będą szukać odpowiedzi. Możesz także ogłosić, że „w ciągu kolejnych pięciu minut celowo popełnisz dwa błędy”. Gdyby udało ci się poświęcić kilka minut przed lekcją, przygotuj kilka kart do gry w Bingo. Na karcie zapisz podstawowe hasła z lekcji. Pierwszy uczeń, który zawoła „Bingo”, zdobywa punkt dla drużyny. Poniżej przedstawiłem przykład gry, jaką wybieram do swojej prezentacji - wszystkie zasadnicze terminy pojawiają się w tej książce. Sprawdź, czy uda ci się zauważyć!
- **Pozytywna atmosfera** : Sala lekcyjna o wysokim poziomie energii/niskim poziomie zagrożenia może zawierać niektóre, bądź wszystkie z poniższych pomysłów: - Na początku każdego tygodnia nauczyciel wita uczniów w drzwiach klasy. - Umieszczamy na ścianie plakat lub plakaty ze wskazówkami, jak odnosić sukcesy w nauce. - Bijemy brawo po skutecznym rozwiązaniu problemu lub właściwym wykorzystaniu techniki uczenia się, np. po stworzeniu grupowej mapy myśli lub otrzymaniu dobrego wyniku w pracy w parach. - Podkreślaj, że w procesie uczenia się popełnianie błędów jest czymś normalnym, właściwie błędy są przydatną informacją zwrotną, która pokazuje, co jeszcze musimy zrobić. Dlatego nie ma powodu, by ukrywać popełniane błędy czy pomyłki. - Podstawowe zagadnienia tematu można czasami rozmieścić na linii wzroku wzdłuż klasy, kiedy uczniowie wchodzą na zajęcia. - Nawet dorośli mają kłopot z utrzymaniem koncentracji dłużej niż przez 30 minut. Jeśli to możliwe, rób krótkie 30-sekundowe przerwy dla mózgu, które pomogą dostarczyć mu tlen. Mózg stanowi zaledwie 2 procent masy ciała - wykorzystuje jednak 20 procent naszego tlenu. Dlatego przerwy, pozwalające uzupełnić dostawę tlenu do mózgu, dają podwójne korzyści. Zbieranie winogron to szybka i niezwykle efektywna zabawa. Powiedz uczniom, by wstali i wyobrazili sobie, że zrywają winogrona,

które rosną wysoko nad ich głowami. Możesz również zaproponować, aby zgięli rękę i rytmicznie przez 30 sekund prawym łokciem sięgali do lewego kolana, potem lewym łokciem do prawego. Wracamy do omawianego tematu odświeżania. Ćwiczenia śródlekcyjne podnoszą noradrenalinę i uaktywniają substancję chemiczną w mózgu o nazwie BDNF – która odpowiada za zwiększenie zdolności mózgu do gromadzenia pamięci. Nie jest to więc zabawa sama w sobie – może bezpośrednio wpłynąć na poprawę nauki. - Wreszcie przeznacz czas na świętowanie. Klasa, która świętuje ukończenie planu pracy na koniec semestru, przynosząc jakieś smakołyki związane z tematem (np. potrawy Ameryki Południowej po zakończeniu rozdziału z geografii na temat tego obszaru) to klasa, do której chętniej będą chodzić Nigdy nie zdruzdził mi się powtarzanie, że ludzki umysł jest nastawiony na wychwytywanie nowości – nowe doświadczenia mają związek z potencjalnym zagrożeniem bądź możliwościami.

- **Ocenianie własnej pracy:** Ocena nauki wiąże się zazwyczaj ze stawianiem stopnia. Stawiamy stopień zgodnie z przyjętymi standardami, patrząc na to, co zostało zrobione. Ocena wystawiona za uczenie się jest czymś zupełnie innym – sięga w przyszłość. Wyrażasz opinię bezpośrednio na temat pisemnej pracy ucznia – wyjaśniając, w jaki sposób oraz w którym miejscu pracę można udoskonalić. W pewnej klasie, w której prowadziłem zajęcia, jedna z nauczycielek na początku semestru oznajmiła, że z jej przedmiotu wszyscy uczniowie już mają piątki. Ocena ulegnie zmianie, jeśli oddadzą prace ocenione na mniej niż pięć. W przypadku większości uczniów sytuacja nabrała akcentów dramatycznych. Zdarzało się, że prosili o danie im więcej czasu na skończenie pracy. „Wiem, że mogę napisać jeszcze lepiej!”. Regularnie nakłaniamy uczniów, aby oceniali własne prace, już nawet w szkole podstawowej. Ponieważ dzielimy się kryteriami określającymi pracę dobrze wykonaną, zachęcamy uczniów do współpracy w ramach „partnerstwa w uczeniu się”. Nie tylko będą mogli oceniać nawzajem swoje prace, ale również komentować pozytywnie elementy, które ich zdaniem można udoskonalić. To jest właśnie przykład czynnego zaangażowania! Kiedy nauczyciel poświęca czas i wysiłek na napisanie komentarza czy też porady na temat pracy domowej ze wskazówkami, jak można ją udoskonalić, ważne jest, aby uczniowie rzeczywiście wprowadzali udoskonalenia. Można na przykład wstrzymać wystawienie oceny z kolejnej pracy, dopóki uczeń nie wprowadzi zmian w ocenionym już zadaniu. Opinia Ważne, by wykorzystać czas na wychwytywanie problemów, zanim uczniowie nabiorą złych nawyków w uczeniu się. Stąd istotne jest regularne opiniowanie ich pracy – zarówno tego, co robią dobrze, jak i tego, co mogliby jeszcze poprawić. Opiniowanie powinno być całkowicie skoncentrowane na pracy, nie na osobie ucznia. Tak więc: „Zdaje się, że w tym miejscu pojawia się problem” jest lepsze niż „Widać, że się z tym zmagales”. Taki komentarz może składać się z trzech etapów i może wyglądać mniej więcej tak: - Komentarz pozytywny: „Podobało mi się/Doceniam przykłady oraz zakończenie...” - Konkretna porada, jak coś poprawić: „Gdybyś rozwinął myśl o tym, dlaczego tarcie spowalnia otwieranie spadochronu...” - Odniesienie do celów/zakończenia, jakie stawialiście sobie przed napisaniem pracy: „Uzgodniliśmy, że chcemy nauczyć się, jak dwie siły działają na siebie nawzajem!” Jeśli – co jest prawdą – ośrodek emocjonalny mózgu stanowi furtkę do uczenia się i pamięci, wówczas najgorszą rzeczą, jakiej mógłby dopuścić się nauczyciel, byłoby upokorzenie ucznia, zawstydzienie go przed rówieśnikami czy zlekceważenie go. Z drugiej strony, to właśnie czas poświęcony na budowanie pewności siebie ucznia przynosi owoc w postaci motywacji.

Dodatkowe metody

burza mózgow
meta plan
pogadanka
obserwacja i pomiar
metody podające
metody poszukujące
metody problemowe
metody eksponujące
metody praktyczne

Treści

Tekst	Rok realizacji
	I
Mapa - umiejętności czytania, interpretacji i posługiwania się mapą. Uczeń:	I
• wykazuje znaczenie skali mapy w przedstawianiu różnych informacji geograficznych na mapie; posługuje się skalą mapy do obliczenia odległości w terenie;	I
• odczytuje z map informacje przedstawione za pomocą różnych metod kartograficznych;	I
• posługuje się w terenie planem, mapą topograficzną, turystyczną samochodową (m.in. orientuje mapę oraz identyfikuje obiekty geograficzne na mapie i w terenie);	III
• identyfikuje położenie i charakteryzuje odpowiadające sobie obiekty geograficzne na fotografiach, zdjęciach lotniczych i satelitarnych oraz mapach topograficznych;	I
• dobiera odpowiednią mapę w celu uzyskania określonych informacji geograficznych;	II
• określa położenie geograficzne oraz matematyczno-geograficzne punktów i obszarów na mapie;	II
• lokalizuje na mapach (również konturowych) kontynenty oraz najważniejsze obiekty geograficzne na świecie i w Polsce (niziny, wyżyny, góry, rzeki, jeziora, wyspy, morza, państwa itp.);	II
• analizuje i interpretuje treści map ogólnogeograficznych, tematycznych, turystycznych;	I
• projektuje i opisuje trasy podróży na podstawie map turystycznych, topograficznych i samochodowych.	I
Kształt, ruchy Ziemi i ich następstwa. Uczeń:	I
• podaje główne cechy kształtu i wymiarów Ziemi; odczytuje współrzędne geograficzne na globusie;	I

- posługuje się ze zrozumieniem pojęciami: ruch obrotowy Ziemi, czas słoneczny, czas strefowy; podaje cechy ruchu obrotowego; wyjaśnia, dlaczego zostały wprowadzone strefy czasowe i granica zmiany daty; posługuje się mapą stref czasowych do określania różnicy czasu strefowego i słonecznego na Ziemi; I
 - podaje cechy ruchu obiegowego Ziemi; przedstawia (wykorzystując również własne obserwacje) zmiany w oświetleniu Ziemi oraz w długości trwania dnia i nocy w różnych szerokościach geograficznych i porach roku; I
 - podaje najważniejsze geograficzne następstwa ruchów Ziemi. I
- Wybrane zagadnienia geografii fizycznej. Uczeń: I
- charakteryzuje wpływ głównych czynników klimatotwórczych na klimat; I
 - charakteryzuje na podstawie wykresów lub danych liczbowych przebieg temperatury powietrza i opadów atmosferycznych w ciągu roku w wybranych stacjach meteorologicznych położonych w różnych strefach klimatycznych; oblicza amplitudę i średnią temperaturę powietrza; wykazuje na przykładach związek między wysokością Słońca a temperaturą powietrza; I
 - wykazuje zróżnicowanie klimatyczne Ziemi na podstawie analizy map temperatury powietrza i opadów atmosferycznych oraz map stref klimatycznych na Ziemi; I
 - podaje na podstawie map tematycznych zależności między strefami oświetlenia Ziemi a strefami klimatycznymi oraz wykazuje wpływ klimatu na zróżnicowanie roślinności i gleb na Ziemi; I
 - podaje główne cechy płytowej budowy litosfery; wykazuje związki pomiędzy płytową budową litosfery a występowaniem zjawisk wulkanicznych i trzęsień ziemi; I
 - posługuje się ze zrozumieniem pojęciem wietrzeń i erozji; przedstawia rzeźbotwórczą rolę wód płynących, fal morskich, wiatru, lądolodów i lodowców górskich; I
 - rozpoznaje i opisuje w terenie formy rzeźby powstałe w wyniku działania czynników rzeźbotwórczych. I
- Położenie i środowisko przyrodnicze Polski. Uczeń: III
- charakteryzuje, na podstawie map różnej treści, położenie własnego regionu w Polsce oraz położenie Polski na świecie i w Europie; opisuje podział administracyjny Polski; podaje nazwy i wskazuje na mapie województwa oraz ich stolice; III
 - opisuje najważniejsze wydarzenia (obrazy) z przeszłości geologicznej Polski: powstanie węgla kamiennego, powstawanie gór, zalewy mórz, zlodowacenia; wykazuje zależności pomiędzy współczesną rzeźbą Polski a wybranymi wydarzeniami geologicznymi; III
 - rozpoznaje główne rodzaje skał występujących we własnym regionie i w Polsce; wskazuje na mapie najważniejsze obszary ich występowania; podaje przykłady wykorzystania skał w różnych dziedzinach życia człowieka; III
 - podaje główne cechy klimatu Polski; wykazuje ich związek z czynnikami je kształtującymi; wyjaśnia mechanizm powstawania wiatru halnego i bryzy morskiej; III
 - wymienia główne rodzaje zasobów naturalnych Polski i własnego regionu: lasów, wód, gleb, surowców mineralnych; korzystając z mapy, opisuje ich rozmieszczenie i określa znaczenie gospodarcze. III
- Ludność Polski. Uczeń: III
- wyjaśnia i poprawnie stosuje podstawowe pojęcia z zakresu demografii: przyrost naturalny, urodzenia i zgony, średnia długość życia; III
 - odczytuje z różnych źródeł informacji (m.in. rocznika statystycznego oraz piramidy płci i wieku) dane dotyczące: liczby ludności Polski, urodzeń, zgonów, przyrostu naturalnego, struktury płci, średniej długości życia w Polsce; odczytuje wielkość i główne kierunki migracji z Polski i do Polski; III
 - charakteryzuje, na podstawie map gęstości zaludnienia, zróżnicowanie rozmieszczenia ludności w Polsce i zamieszkiwanym regionie oraz wyjaśnia te różnice czynnikami przyrodniczymi, historycznymi, ekonomicznymi; III
 - wykazuje różnice w strukturze zatrudnienia ludności w Polsce i we własnym regionie; III
 - podaje główne, aktualne problemy rynku pracy w Polsce i we własnym regionie; III
 - analizuje, porównuje, ocenia rozmieszczenie i wielkość miast w Polsce i zamieszkiwanym regionie; wyjaśnia przyczyny rozwoju wielkich miast w Polsce. III
- Wybrane zagadnienia geografii gospodarczej Polski. Uczeń: III
- wyróżnia główne cechy struktury użytkowania ziemi, wielkości i własności gospodarstw rolnych, zasiewów i hodowli w Polsce na podstawie analizy map, wykresów, danych liczbowych; III
 - podaje przyczyny zróżnicowania w rozmieszczeniu wybranych upraw (pszenicy, ziemniaków, buraków cukrowych) oraz chowu bydła i trzody chlewnej w Polsce; III
 - przedstawia, na podstawie różnych źródeł informacji, strukturę wykorzystania źródeł energii w Polsce i ocenia jej wpływ na stan środowiska przyrodniczego; III
 - wyjaśnia przyczyny zmian zachodzących w przemyśle w Polsce i we własnym regionie oraz wskazuje najlepiej rozwijające się obecnie w Polsce gałęzie produkcji przemysłowej; III
 - rozróżnia rodzaje usług; wyjaśnia szybki rozwój wybranych usług w Polsce i we własnym regionie; III
 - wykazuje na przykładach walory turystyczne Polski oraz opisuje obiekty znajdujące się na Liście Światowego Dziedzictwa Kulturowego i Przyrodniczego Ludzkości; III
 - opisuje na podstawie map i wyjaśnia zróżnicowanie gęstości i jakości sieci transportowej w Polsce i wykazuje jej wpływ na rozwój innych dziedzin działalności gospodarczej; III

• wykazuje konieczność ochrony środowiska przyrodniczego i kulturowego w Polsce; wymienia formy jego ochrony, proponuje konkretne działania na rzecz jego ochrony we własnym regionie.	III
Regiony geograficzne Polski. Uczeń:	III
• wskazuje na mapie główne regiony geograficzne Polski;	III
• charakteryzuje, na podstawie map tematycznych, środowisko przyrodnicze głównych regionów geograficznych Polski, ze szczególnym uwzględnieniem własnego regionu (również na podstawie obserwacji terenowych);	III
• opisuje, na podstawie map tematycznych, najważniejsze cechy gospodarki regionów geograficznych Polski oraz ich związek z warunkami przyrodniczymi;	III
• przedstawia, np. w formie prezentacji multimedialnej, walory turystyczne wybranego regionu geograficznego, ze szczególnym uwzględnieniem jego walorów kulturowych;	III
• projektuje i opisuje, na podstawie map turystycznych, tematycznych, ogólnogeograficznych i własnych obserwacji terenowych, podróż wzdłuż wybranej trasy we własnym regionie, uwzględniając walory przyrodnicze i kulturowe;	I
• przedstawia główne cechy położenia oraz środowiska przyrodniczego Morza Bałtyckiego; wykazuje znaczenie gospodarcze Morza Bałtyckiego oraz przyczyny degradacji jego wód.	III
Sąsiedzi Polski - różnicowanie geograficzne, przemiany. Uczeń:	III
• charakteryzuje i porównuje, na podstawie różnych źródeł informacji geograficznej, środowisko przyrodnicze krajów sąsiadujących z Polską; wykazuje ich różnicowanie społeczne i gospodarcze;	III
• wyjaśnia przyczyny dynamicznego rozwoju gospodarczego Niemiec;	III
• przedstawia współczesne przemiany społeczne i gospodarcze Ukrainy;	III
• wykazuje różnicowanie przyrodnicze, narodowościowe, kulturowe i gospodarcze Rosji;	III
• przedstawia główne cechy środowiska przyrodniczego, gospodarki oraz formy współpracy z krajem będącym najbliższym sąsiadem regionu, w którym uczeń mieszka.	III
Europa. Relacje przyroda - człowiek - gospodarka. Uczeń:	II
• wykazuje się znajomością podziału politycznego Europy;	II
• określa położenie Europy i główne cechy środowiska przyrodniczego na podstawie mapy ogólnogeograficznej i map tematycznych;	II
• opisuje, na podstawie map tematycznych, różnicowanie regionalne, kulturowe, narodowościowe i etniczne współczesnej Europy oraz najważniejsze przyczyny i konsekwencje tego różnicowania;	II
• wykazuje, na podstawie map tematycznych, związki między głównymi cechami środowiska przyrodniczego Europy Północnej a głównymi kierunkami rozwoju gospodarczego;	II
• wykazuje, na przykładzie rolnictwa Francji lub innego kraju europejskiego, związek pomiędzy warunkami przyrodniczymi a kierunkiem i efektywnością produkcji rolnej; identyfikuje cechy rolnictwa towarowego;	II
• przedstawia, na podstawie wskazanych źródeł informacji geograficznej, główne kierunki i przyczyny zmian w strukturze przemysłu wybranego regionu (lub okręgu) przemysłowego w Europie Zachodniej;	II
• przedstawia główne cechy położenia, wielkości, układu przestrzennego oraz znaczenie Paryża lub Londynu jako światowej metropolii;	II
• wykazuje wpływ gór na cechy środowiska przyrodniczego oraz gospodarkę krajów alpejskich;	II
• wykazuje związki między rozwojem turystyki w Europie Południowej a warunkami przyrodniczymi oraz dziedzictwem kultury śródziemnomorskiej;	II
• prezentuje opracowaną na podstawie map, przewodników, Internetu trasę wycieczki po Europie lub jej części.	II
Wybrane regiony świata. Relacje: człowiek - przyroda - gospodarka. Uczeń:	II
• wykazuje, na podstawie map tematycznych, że kontynent Azji jest obszarem wielkich geograficznych kontrastów;	II
• przedstawia, na podstawie map tematycznych, warunki przyrodnicze obszarów, na których kształtowały się najstarsze azjatyckie cywilizacje;	II
• analizuje wykresy i dane liczbowe dotyczące rozwoju ludnościowego i urbanizacji w Chinach; wyjaśnia, na podstawie map tematycznych, różnicowanie rozmieszczenia ludności na obszarze Chin; podaje kierunki rozwoju gospodarczego Chin oraz wskazuje zmiany znaczenia Chin w gospodarce światowej;	II
• wykazuje znaczenie czynników społeczno-kulturowych w tworzeniu nowoczesnej gospodarki Japonii na tle niekorzystnych cech środowiska przyrodniczego;	II
• wykazuje związek pomiędzy rytmem upraw i "kulturą ryżu" a cechami klimatu monsunowego w Azji Południowo-Wschodniej;	II
• opisuje kontrasty społeczne i gospodarcze w Indiach; wyjaśnia przyczyny gwałtownego rozwoju nowoczesnych technologii;	II
• charakteryzuje region Bliskiego Wschodu pod kątem cech kulturowych, zasobów ropy naftowej, kierunków i poziomu rozwoju gospodarczego; wskazuje miejsca konfliktów zbrojnych;	II
• charakteryzuje na podstawie map tematycznych i wyjaśnia występowanie stref klimatyczno-roślinno-glebowych w Afryce;	II
• wykazuje, na przykładzie strefy Sahelu, związek pomiędzy formami gospodarowania człowieka a zasobami wodnymi; uzasadnia potrzebę racjonalnego gospodarowania w środowisku charakteryzującym się poważnymi niedoborami słodkiej wody;	II

- określa związki pomiędzy problemami wyżywienia, występowaniem chorób (m.in. AIDS) a poziomem życia w krajach Afryki na południe od Sahary; II
- wyróżnia główne cechy i przyczyny zróżnicowania kulturowego i etnicznego Ameryki Północnej i Południowej; II
- identyfikuje konflikt interesów pomiędzy ekologicznymi skutkami wylesiania Amazonii a jej gospodarczym wykorzystaniem; określa cechy rozwoju i problemy wielkich miast w Brazylii; II
- wykazuje związki między gospodarką a warunkami środowiska przyrodniczego w najważniejszych regionach gospodarczych Stanów Zjednoczonych Ameryki Północnej; określa rolę Stanów Zjednoczonych w gospodarce światowej; II
- przedstawia, na podstawie map tematycznych, główne cechy gospodarki Australii na tle warunków środowiska przyrodniczego; II
- przedstawia cechy położenia i środowiska geograficznego Antarktyki i Arktyki; podaje główne cechy i przyczyny zmian w środowisku przyrodniczym obszarów okołobiegunowych. II

Dodatkowe treści

chemia

Cele

- **Opanowanie czynności praktycznych.**: Uczeń bezpiecznie posługuje się prostym sprzętem laboratoryjnym i podstawowymi odczynnikami chemicznymi; projektuje i przeprowadza proste doświadczenia chemiczne.
- **Rozumowanie i zastosowanie nabytej wiedzy do rozwiązywania problemów.**: Uczeń opisuje właściwości substancji i wyjaśnia przebieg prostych procesów chemicznych; zna związek właściwości różnorodnych substancji z ich zastosowaniami i ich wpływ na środowisko naturalne; wykonuje proste obliczenia dotyczące praw chemicznych.
- **Pozyskiwanie, przetwarzanie i tworzenie informacji.**: Uczeń pozyskuje i przetwarza informacje z różnorodnych źródeł z wykorzystaniem technologii informacyjno-komunikacyjnych.

Dodatkowe cele

Metody

- **Określanie celów** : Jedną z kilku cech, które wyróżniają szkoły odnotowujące znaczną poprawę osiąganych wyników na tle innych, jest upewnianie się, że uczniowie określają indywidualne i jednocześnie ambitne cele. Następnie zaś pilnowanie, by kontrolowali postęp na drodze do ich osiągnięcia. Istnieje o wiele większe prawdopodobieństwo osiągnięcia celów, jeśli spisujemy je na kartce papieru bądź powiemy o nich komuś innemu – czy chodzi o zredukowanie wagi, kiedy jesteś dorosły, czy dostanie dobrego stopnia bądź przepustki, kiedy jesteś uczniem. Poproś więc uczniów, aby zapisali swoje edukacyjne cele na pocztówkach, podpisali je i wręczyli ci, kiedy będą już gotowe. Możesz je później wykorzystać, uznawszy, że mogliby włożyć więcej pracy i starań w poszczególne zadania.
- **Pozytywna atmosfera** : Sala lekcyjna o wysokim poziomie energii/niskim poziomie zagrożenia może zawierać niektóre, bądź wszystkie z poniższych pomysłów: - Na początku każdego tygodnia nauczyciel wita uczniów w drzwiach klasy. - Umieszczamy na ścianie plakat lub plakaty ze wskazówkami, jak odnosić sukcesy w nauce. - Bijemy brawo po skutecznym rozwiązaniu problemu lub właściwym wykorzystaniu techniki uczenia się, np. po stworzeniu grupowej mapy myśli lub otrzymaniu dobrego wyniku w pracy w parach. - Podkreślamy, że w procesie uczenia się popełnianie błędów jest czymś normalnym, właściwie błędy są przydatną informacją zwrotną, która pokazuje, co jeszcze musimy zrobić. Dlatego nie ma powodu, by ukrywać popełniane błędy czy pomyłki. - Podstawowe zagadnienia tematu można czasami rozmieścić na linii wzroku wzdłuż klasy, kiedy uczniowie wchodzi na zajęcia. - Nawet dorośli mają kłopot z utrzymaniem koncentracji dłużej niż przez 30 minut. Jeśli to możliwe, rób krótkie 30-sekundowe przerwy dla mózgu, które pomogą dostarczyć mu tlen. Mózg stanowi zaledwie 2 procent masy ciała – wykorzystuje jednak 20 procent naszego tlenu. Dlatego przerwy, pozwalające uzupełnić dostawę tlenu do mózgu, dają podwójne korzyści. Zbieranie winogron to szybka i niezwykle efektywna zabawa. Powiedz uczniom, by wstali i wyobrazili sobie, że zrywają winogrona, które rosną wysoko nad ich głowami. Możesz również zaproponować, aby zgięli rękę i rytmicznie przez 30 sekund prawym łokciem sięgali do lewego kolana, potem lewym łokciem do prawego. Wracamy do omawianego tematu odświeżania. Ćwiczenia śródlekcyjne podnoszą noradrenalinę i uaktywniają substancję chemiczną w mózgu o nazwie BDNF – która odpowiada za zwiększenie zdolności mózgu do gromadzenia pamięci. Nie jest to więc zabawa sama w sobie – może bezpośrednio wpłynąć na poprawę nauki. - Wreszcie przeznacz czas na świętowanie. Klasa, która świętuje ukończenie planu pracy na koniec semestru, przynosząc jakieś smakołyki związane z tematem (np. potrawy Ameryki Południowej po zakończeniu rozdziału z geografii na temat tego obszaru) to klasa, do której chętniej będą chodzić. Nigdy nie zdziwi mi się powtarzanie, że ludzki umysł jest nastawiony na wychwytywanie nowości – nowe doświadczenia mają związek z potencjalnym zagrożeniem bądź możliwościami.
- **Koncentracja**: Ludzki umysł pracuje znacznie szybciej niż potrafisz mówić – dlatego czasami tracimy uwagę słuchaczy – nawet jeśli temat i sposób, w jaki go prezentujemy, jest zajmujący. Spróbuj utrzymać uwagę uczniów poprzez zadanie 5 pytań, na które odpowiedź padnie w trakcie lekcji podczas omawiania tematu. Będą szukać odpowiedzi. Możesz także ogłosić, że „w ciągu kolejnych pięciu minut celowo popełnisz dwa błędy”. Gdyby udało ci się poświęcić kilka minut przed lekcją, przygotuj kilka kart do gry w Bingo. Na karcie zapisz podstawowe hasła z lekcji. Pierwszy uczeń, który zawoła „Bingo”, zdobywa punkt dla drużyny. Poniżej przedstawiłem przykład gry, jaką wybieram do swojej prezentacji – wszystkie zasadnicze terminy pojawiają się w tej książce. Sprawdź, czy uda ci się je zauważyć!
- **Wprowadzenie do uczenia się we współpracy – podstawy**: Zaczynj od jednej lekcji i powoli wprowadzaj model współpracy, do którego ty i twoi uczniowie będziecie się przyzwyczajać. Grupy, w których nauka odbywa się poprzez współpracę, sprawdzają się najlepiej i są najbardziej efektywne przy zadaniach mających na celu rozwiązywanie problemów, analizę krytyczną oraz naukę konceptualną. 1) Wybierz odpowiednią wielkość grupy. Będzie się ona różnić zależnie od zdolności kooperatywnych członków grupy (im mniej uzdolnieni uczniowie, tym mniejsza grupa); określ czas przeznaczony na wspólną pracę (krótszy czas pracy, mniejsza grupa) oraz zdecyduj o charakterze zadania. 2) Przydziel uczniów do grup. Grupy heterogeniczne zazwyczaj są bardziej efektywne. Sukces grup, które ze sobą współpracują, w dużej mierze polega na potrzebie rozmowy, wyjaśnień, uzasadnień oraz na tworzeniu wspólnych rozwiązań. Tak więc szybkie dojście do konsensusu bez podjęcia dyskusji na dany temat nie wnosi do procesu uczenia się tak wiele, jak możliwość wyboru różnych perspektyw i rozważenie rozmaitych możliwości. Możesz przydzielić uczniów do grup na podstawie wyników określających ich profile inteligencji wielorakich bądź losowo, np. według dat urodzenia. 3) Przygotuj salę lekcyjną. Członkowie grupy muszą siedzieć blisko siebie i utrzymywać kontakt wzrokowy, aby móc wspólnie analizować materiały i swobodnie prowadzić dyskusję, wymieniając się poglądami i pomysłami. 4) Zadbaj o odpowiednie materiały. Postaraj się, aby członkowie grupy podpisali się na jednej kartce papieru – jest to jeden ze sposobów na podkreślenie „pozytywnej współzależności”. 5) Podaj dokładny opis zadania i celu oraz określ, jakich zachowań oczekujesz od grupy – (jak zawsze postaraj się, aby proces uczenia się był wyraźny). Cel, jaki ma osiągnąć grupa, komunikuje członkom zespołu, że razem muszą stawić czoło zadaniu i być zainteresowani zrozumieniem materiału przez innych uczniów tak samo, jak swoim.
- **Ocenianie własnej pracy**: Ocena nauki wiąże się zazwyczaj ze stawianiem stopnia. Stawiamy stopień zgodnie z przyjętymi standardami, patrząc na to, co zostało zrobione. Ocena wystawiona za uczenie się jest czymś zupełnie innym – sięga w przyszłość. Wyrażasz opinię bezpośrednio na temat pisemnej pracy ucznia – wyjaśniając, w jaki sposób oraz w którym miejscu pracę można udoskonalić. W pewnej klasie, w której prowadziłem zajęcia, jedna z nauczycielek na początku semestru oznajmiła, że z jej przedmiotu wszyscy uczniowie już mają piątki. Ocena ulegnie zmianie, jeśli oddadzą prace ocenione na mniej niż pięć. W przypadku większości uczniów sytuacja nabrała akcentów dramatycznych. Zdarzało się, że prosili o danie im więcej czasu na skończenie pracy. „Wiem, że mogę napisać jeszcze lepiej!”. Regularnie nakłaniamy uczniów, aby oceniali własne prace, już nawet w szkole podstawowej. Ponieważ dzielimy się kryteriami określającymi pracę dobrze wykonaną, zachęcamy uczniów do współpracy w ramach „partnerstwa w uczeniu się”. Nie tylko będą mogli oceniać nawzajem swoje prace, ale również komentować pozytywnie elementy, które ich zdaniem można udoskonalić. To jest właśnie przykład czynnego zaangażowania! Kiedy nauczyciel poświęca czas i wysiłek na napisanie komentarza czy też porady na temat pracy domowej ze wskazówkami, jak można ją udoskonalić, ważne jest, aby uczniowie rzeczywiście wprowadzali udoskonalenia. Można na przykład wstrzymać wystawienie oceny z kolejnej pracy, dopóki uczeń nie wprowadzi zmian w ocenionym już zadaniu. Opinia Ważne, by wykorzystać czas na wychwytywanie

problemów, zanim uczniowie nabiorą złych nawyków w uczeniu się. Stąd istotne jest regularne opiniowanie ich pracy – zarówno tego, co robią dobrze, jak i tego, co mogliby jeszcze poprawić. Opiniowanie powinno być całkowicie skoncentrowane na pracy, nie na osobie ucznia. Tak więc: „Zdaje się, że w tym miejscu pojawia się problem” jest lepsze niż „Widać, że się z tym zmagalesz”. Taki komentarz może składać się z trzech etapów i może wyglądać mniej więcej tak: - Komentarz pozytywny: „Podobało mi się/Doceniam przykłady oraz zakończenie...” - Konkretna porada, jak coś poprawić: „Gdybyś rozwinął myśl o tym, dlaczego tarcie spowalnia otwieranie spadochronu...” - Odniesienie do celów/założeń, jakie stawialiście sobie przed napisaniem pracy: „Uzgodniliśmy, że chcemy nauczyć się, jak dwie siły działają na siebie nawzajem!” Jeśli – co jest prawdą – ośrodek emocjonalny mózgu stanowi furtkę do uczenia się i pamięci, wówczas najgorszą rzeczą, jakiej mógłby dopuścić się nauczyciel, byłoby upokorzenie ucznia, zawstydzenie go przed rówieśnikami czy zlekceważenie go. Z drugiej strony, to właśnie czas poświęcony na budowanie pewności siebie ucznia przynosi owoc w postaci motywacji.

- **Muzyka** : Zapewne nie chcielibyście robić z tego reguły, ale kiedy uczniowie wchodzi do klasy i słyszą rozbrzmiewającą muzykę, coś im mówi, że te zajęcia będą przyjemne i inne niż wszystkie. Muzyka może być żywa i radosna późnym popołudniem, za to po lekcji wuefu uspakajająca. Muzyka jest nade wszystko nośnikiem energii oraz jednym z najszybszych sposobów na dostrojenie uczniów, aby – dosłownie – nadawali na tych samych falach ! Co więcej, muzyka odwołuje się do ośrodka emocjonalnego mózgu.

Dodatkowe metody

eksperyment chemiczny, burza mózgów, pokaz prezentacji multimedialnej, praca z tablicą multimedialną
 metody podające, metody poszukujące, metody problemowe, metody eksponujące, metody praktyczne

Treści

Tekst	Rok realizacji
Substancje i ich właściwości. Uczeń:	
<ul style="list-style-type: none"> • opisuje właściwości substancji będących głównymi składnikami stosowanych na co dzień produktów np. soli kamiennej, cukru, mąki, wody, miedzi, żelaza; wykonuje doświadczenia, w których bada właściwości wybranych substancji; • przeprowadza obliczenia z wykorzystaniem pojęć: masa, gęstość i objętość; • obserwuje mieszanie się substancji; opisuje ziarnistą budowę materii; tłumaczy, na czym polega zjawisko dyfuzji, rozpuszczania, mieszania, zmiany stanu skupienia; planuje doświadczenia potwierdzające ziarnistość materii; • wyjaśnia różnice pomiędzy pierwiastkiem a związkiem chemicznym; • klasyfikuje pierwiastki na metale i niemetale; odróżnia metale od niemetali na podstawie ich właściwości; • posługuje się symbolami (zna i stosuje do zapisywania wzorów) pierwiastków: H, O, N, Cl, S, C, P, Si, Na, K, Ca, Mg, Fe, Zn, Cu, Al, Pb, Sn, Ag, Hg; • opisuje cechy mieszanin jednorodnych i niejednorodnych; • opisuje proste metody rozdzielania mieszanin i wskazuje te różnice między właściwościami fizycznymi składników mieszaniny, które umożliwiają ich rozdzielenie; sporządza mieszaniny i rozdziela je na składniki (np. wody i piasku, wody i soli kamiennej, kredy i soli kamiennej, siarki i opilków żelaza, wody i oleju jadalnego, wody i atramentu). 	
Wewnętrzna budowa materii. Uczeń:	
<ul style="list-style-type: none"> • odczytuje z układu okresowego podstawowe informacje o pierwiastkach (symbol, nazwę, liczbę atomową, masę atomową, rodzaj pierwiastka - metal lub niemetal); • opisuje i charakteryzuje skład atomu (jądro: protony i neutrony, elektrony); definiuje elektrony walencyjne; • ustala liczbę protonów, elektronów i neutronów w atomie danego pierwiastka, gdy dana jest liczba atomowa i masowa; • wyjaśnia związek pomiędzy podobieństwem właściwości pierwiastków zapisanych w tej samej grupie układu okresowego a budową atomów i liczbą elektronów walencyjnych; • definiuje pojęcie izotopu, wymienia dziedziny życia, w których izotopy znalazły zastosowanie; wyjaśnia różnice w budowie atomów izotopów wodoru; • definiuje pojęcie masy atomowej (średnia mas atomów danego pierwiastka, z uwzględnieniem jego składu izotopowego); • opisuje, czym różni się atom od cząsteczki; interpretuje zapisy H₂, 2H, 2H₂ itp.; • opisuje rolę elektronów walencyjnych w łączeniu się atomów; • na przykładzie cząsteczek H₂, Cl₂, N₂, CO₂, H₂O, HCl, NH₃ opisuje powstawanie wiązań atomowych (kwalencyjnych); zapisuje wzory sumaryczne i strukturalne tych cząsteczek; • definiuje pojęcie jonów i opisuje, jak powstają; zapisuje elektronowo mechanizm powstawania jonów, na przykładzie Na, Mg, Al, Cl, S; opisuje powstawanie wiązania jonowego; • porównuje właściwości związków kwalencyjnych i jonowych (stan skupienia, rozpuszczalność w wodzie, temperatury topnienia i wrzenia); • definiuje pojęcie wartościowości jako liczby wiązań, które tworzy atom, łącząc się z atomami innych pierwiastków; odczytuje z układu okresowego wartościowość maksymalną dla pierwiastków grup: 1., 2., 13., 14., 15., 16. i 17. (względem tlenu i wodoru); • rysuje wzór strukturalny cząsteczki związku dwupierwiastkowego (o wiązaniach kwalencyjnych) o znanych wartościowościach pierwiastków; 	

- ustala dla prostych związków dwupierwiastkowych, na przykładzie tlenków: nazwę na podstawie wzoru sumarycznego; wzór sumaryczny na podstawie nazwy; wzór sumaryczny na podstawie wartościowości.

Reakcje chemiczne. Uczeń:

- opisuje różnice w przebiegu zjawiska fizycznego i reakcji chemicznej; podaje przykłady zjawisk fizycznych i reakcji chemicznych zachodzących w otoczeniu człowieka; planuje i wykonuje doświadczenia ilustrujące zjawisko fizyczne i reakcję chemiczną;
- opisuje, na czym polega reakcja syntezy, analizy i wymiany; podaje przykłady różnych typów reakcji i zapisuje odpowiednie równania; wskazuje substraty i produkty; doбира współczynniki w równaniach reakcji chemicznych; obserwuje doświadczenia ilustrujące typy reakcji i formuluje wnioski;
- definiuje pojęcia: reakcje egzotermiczne (jako reakcje, którym towarzyszy wydzielanie się energii do otoczenia, np. procesy spalania) i reakcje endotermiczne (do przebiegu których energia musi być dostarczona, np. procesy rozkładu - pieczenie ciasta);
- oblicza masy cząsteczkowe prostych związków chemicznych; dokonuje prostych obliczeń związanych z zastosowaniem prawa stałości składu i prawa zachowania masy.

Powietrze i inne gazy. Uczeń:

- wykonuje lub obserwuje doświadczenie potwierdzające, że powietrze jest mieszaniną; opisuje skład i właściwości powietrza;
- opisuje właściwości fizyczne i chemiczne azotu, tlenu, wodoru, tlenku węgla(IV); odczytuje z układu okresowego pierwiastków i innych źródeł wiedzy informacje o azocie, tlenie i wodrze; planuje i wykonuje doświadczenia dotyczące badania właściwości wymienionych gazów;
- wyjaśnia, dlaczego gazy szlachetne są bardzo mało aktywne chemicznie; wymienia ich zastosowania;
- pisze równania reakcji otrzymywania: tlenu, wodoru i tlenku węgla(IV) (np. rozkład wody pod wpływem prądu elektrycznego, spalanie węgla);
- opisuje, na czym polega powstawanie dziury ozonowej; proponuje sposoby zapobiegania jej powiększaniu;
- opisuje obieg tlenu w przyrodzie;
- opisuje rdzewienie żelaza i proponuje sposoby zabezpieczania produktów zawierających w swoim składzie żelazo przed rdzewieniem;
- wymienia zastosowania tlenków wapnia, żelaza, glinu;
- planuje i wykonuje doświadczenie pozwalające wykryć CO₂ w powietrzu wydychanym z płuc;
- wymienia źródła, rodzaje i skutki zanieczyszczeń powietrza; planuje sposób postępowania pozwalający chronić powietrze przed zanieczyszczeniami.

Woda i roztwory wodne. Uczeń:

- bada zdolność do rozpuszczania się różnych substancji w wodzie;
- opisuje budowę cząsteczki wody; wyjaśnia, dlaczego woda dla jednych substancji jest rozpuszczalnikiem, a dla innych nie; podaje przykłady substancji, które rozpuszczają się w wodzie, tworząc roztwory właściwe; podaje przykłady substancji, które nie rozpuszczają się w wodzie, tworząc koloidy i zawiesiny;
- planuje i wykonuje doświadczenia wykazujące wpływ różnych czynników na szybkość rozpuszczania substancji stałych w wodzie;
- opisuje różnice pomiędzy roztworem rozcieńczonym, stężonym, nasyconym i nienasyconym;
- odczytuje rozpuszczalność substancji z wykresu jej rozpuszczalności; oblicza ilość substancji, którą można rozpuścić w określonej ilości wody w podanej temperaturze;
- prowadzi obliczenia z wykorzystaniem pojęć: stężenie procentowe, masa substancji, masa rozpuszczalnika, masa roztworu, gęstość; oblicza stężenie procentowe roztworu nasyconego w danej temperaturze (z wykorzystaniem wykresu rozpuszczalności);
- proponuje sposoby racjonalnego gospodarowania wodą.

Kwasy i zasady. Uczeń:

- definiuje pojęcia: wodorotlenku, kwasu; rozróżnia pojęcia wodorotlenek i zasada; zapisuje wzory sumaryczne najprostszych wodorotlenków: NaOH, KOH, Ca(OH)₂, Al(OH)₃ i kwasów: HCl, H₂SO₄, H₂SO₃, HNO₃, H₂CO₃, H₃PO₄, H₂S;
- opisuje budowę wodorotlenków i kwasów;
- planuje i/lub wykonuje doświadczenia, w wyniku których można otrzymać wodorotlenek, kwas beztlenowy i tlenowy (np. NaOH, Ca(OH)₂, Al(OH)₃, HCl, H₂SO₃); zapisuje odpowiednie równania reakcji;
- opisuje właściwości i wynikające z nich zastosowania niektórych wodorotlenków i kwasów;
- wyjaśnia, na czym polega dysocjacja elektrolityczna zasad i kwasów; zapisuje równania dysocjacji elektrolitycznej zasad i kwasów; definiuje kwasy i zasady (zgodnie z teorią Arrheniusa);
- wskazuje na zastosowania wskaźników (fenoloftaleiny, wskaźnika uniwersalnego); rozróżnia doświadczalnie kwasy i zasady za pomocą wskaźników;
- wymienia rodzaje odczynu roztworu i przyczyny odczynu kwasowego, zasadowego i obojętnego;
- interpretuje wartość pH w ujęciu jakościowym (odczyn kwasowy, zasadowy, obojętny); wykonuje doświadczenie, które pozwoli zbadać pH produktów występujących w życiu codziennym człowieka (żywność, środki czystości itp.);

• analizuje proces powstawania kwaśnych opadów i skutki ich działania; proponuje sposoby ograniczające ich powstawanie.	II
Sole. Uczeń:	
• wykonuje doświadczenie i wyjaśnia przebieg reakcji zobojętniania (np. HCl + NaOH);	II
• pisze wzory sumaryczne soli: chlorków, siarczanów(VI), azotanów(V), węglanów, fosforanów(V), siarczków; tworzy nazwy soli na podstawie wzorów i odwrotnie;	II
• pisze równania reakcji dysocjacji elektrolicznej wybranych soli;	II
• pisze równania reakcji otrzymywania soli (reakcje: kwas + wodorotlenek metalu, kwas + tlenek metalu, kwas + metal, wodorotlenek metalu + tlenek niemetalu);	II
• wyjaśnia pojęcie reakcji strąceniowej; projektuje i wykonuje doświadczenie pozwalające otrzymywać sole w reakcjach strąceniowych, pisze odpowiednie równania reakcji w sposób cząsteczkowy i jonowy; na podstawie tabeli rozpuszczalności soli i wodorotlenków wnioskuje o wyniku reakcji strąceniowej;	II
• wymienia zastosowania najważniejszych soli: węglanów, azotanów(V), siarczanów(VI), fosforanów(V) i chlorków.	II
Węgiel i jego związki z wodorem. Uczeń:	
• wymienia naturalne źródła węglowodorów;	III
• definiuje pojęcia: węglowodory nasycone i nienasycone;	III
• tworzy wzór ogólny szeregu homologicznego alkanów (na podstawie wzorów trzech kolejnych alkanów) i układa wzór sumaryczny alkanu o podanej liczbie atomów węgla; rysuje wzory strukturalne i półstrukturalne alkanów;	III
• obserwuje i opisuje właściwości fizyczne i chemiczne (reakcje spalania) alkanów na przykładzie metanu i etanu;	III
• wyjaśnia zależność pomiędzy długością łańcucha węglowego a stanem skupienia alkanu;	III
• podaje wzory ogólne szeregów homologicznych alkenów i alkinów; podaje zasady tworzenia nazw alkenów i alkinów w oparciu o nazwy alkanów;	III
• opisuje właściwości (spalanie, przyłączanie bromu i wodoru) oraz zastosowania etenu i etynu;	III
• projektuje doświadczenie pozwalające odróżnić węglowodory nasycone od nienasyconych;	III
• zapisuje równanie reakcji polimeryzacji etenu; opisuje właściwości i zastosowania polietylenu.	III
Pochodne węglowodorów. Substancje chemiczne o znaczeniu biologicznym. Uczeń:	
• tworzy nazwy prostych alkoholi i pisze ich wzory sumaryczne i strukturalne;	III
• bada właściwości etanolu; opisuje właściwości i zastosowania metanolu i etanolu; zapisuje równania reakcji spalania metanolu i etanolu; opisuje negatywne skutki działania alkoholu etylowego na organizm ludzki;	III
• zapisuje wzór sumaryczny i strukturalny glicerolu; bada i opisuje właściwości glicerolu; wymienia jego zastosowania;	III
• podaje przykłady kwasów organicznych występujących w przyrodzie i wymienia ich zastosowania; pisze wzory prostych kwasów karboksylowych i podaje ich nazwy zwyczajowe i systematyczne;	III
• bada i opisuje właściwości kwasu octowego (reakcja dysocjacji elektrolicznej, reakcja z zasadami, metalami i tlenkami metali);	III
• wyjaśnia, na czym polega reakcja estryfikacji; zapisuje równania reakcji pomiędzy prostymi kwasami karboksylowymi i alkoholami jednowodorotlenowymi; tworzy nazwy estrów pochodzących od podanych nazw kwasów i alkoholi; planuje i wykonuje doświadczenie pozwalające otrzymać ester o podanej nazwie;	III
• opisuje właściwości estrów w aspekcie ich zastosowań;	III
• podaje nazwy wyższych kwasów karboksylowych nasyconych (palmitynowy, stearynowy) i nienasyconych (oleinowy) i zapisuje ich wzory;	III
• opisuje właściwości długołańcuchowych kwasów karboksylowych; projektuje doświadczenie, które pozwoli odróżnić kwas oleinowy od palmitynowego lub stearynowego;	III
• klasyfikuje tłuszcze pod względem pochodzenia, stanu skupienia i charakteru chemicznego; opisuje właściwości fizyczne tłuszczów; projektuje doświadczenie pozwalające odróżnić tłuszcz nienasycony od nasyconego;	III
• opisuje budowę i właściwości fizyczne i chemiczne pochodnych węglowodorów zawierających azot na przykładzie amin (metyloaminy) i aminokwasów (glicyny);	III
• wymienia pierwiastki, których atomy wchodzi w skład cząsteczek białek; definiuje białka jako związki powstające z aminokwasów;	III
• bada zachowanie się białka pod wpływem ogrzewania, stężonego etanolu, kwasów i zasad, soli metali ciężkich (np. CuSO ₄) i soli kuchennej; opisuje różnice w przebiegu denaturacji i koagulacji białek; wylicza czynniki, które wywołują te procesy; wykrywa obecność białka w różnych produktach spożywczych;	III
• wymienia pierwiastki, których atomy wchodzi w skład cząsteczek cukrów; dokonuje podziału cukrów na proste i złożone;	III
• podaje wzór sumaryczny glukozy i fruktozy; bada i opisuje właściwości fizyczne glukozy; wskazuje na jej zastosowania;	III
• podaje wzór sumaryczny sacharozy; bada i opisuje właściwości fizyczne sacharozy; wskazuje na jej zastosowania; zapisuje równanie reakcji sacharozy z wodą (za pomocą wzorów sumarycznych);	III
• opisuje występowanie skrobi i celulozy w przyrodzie; podaje wzory sumaryczne tych związków; wymienia różnice w ich właściwościach; opisuje znaczenie i zastosowania tych cukrów; wykrywa obecność skrobi w różnych produktach spożywczych.	III

fizyka

Cele

- Posługiwanie się informacjami pochodzącymi z analizy przeczytanych tekstów (w tym popularno-naukowych):
- Wykorzystanie wielkości fizycznych do opisu poznanych zjawisk lub rozwiązania prostych zadań obliczeniowych.
- Przeprowadzanie doświadczeń i wyciąganie wniosków z otrzymanych wyników.
- Wskazywanie w otaczającej rzeczywistości przykładów zjawisk opisywanych za pomocą poznanych praw i zależności fizycznych.

Dodatkowe cele

Metody

- **Ocena wstępna:** Cała wiedza budowana jest na uprzednio zdobytych informacjach. Zaczynając od wizualizacji ogólnego zarysu, możesz wyjść z pytaniem o to, co już wiesz na dany temat. Informacje pochodzą od nich i sprawiają, że aktywnie zaczynają uczestniczyć w procesie nauki. Taki wywiad pomaga ci również ocenić, na czym należy skoncentrować się w trakcie prowadzenia lekcji – bo skąd możemy wiedzieć, czego uczyć, jeśli nie mamy pewności, co nasi uczniowie już wiedzą?
- **Pozytywna atmosfera :** Sala lekcyjna o wysokim poziomie energii/niskim poziomie zagrożenia może zawierać niektóre, bądź wszystkie z poniższych pomysłów: - Na początku każdego tygodnia nauczyciel wita uczniów w drzwiach klasy. - Umieszczamy na ścianie plakat lub plakaty ze wskazówkami, jak odnosić sukcesy w nauce. - Bijemy brawo po skutecznym rozwiązaniu problemu lub właściwym wykorzystaniu techniki uczenia się, np. po stworzeniu grupowej mapy myśli lub otrzymaniu dobrego wyniku w pracy w parach. - Podkreślaj, że w procesie uczenia się popełnianie błędów jest czymś normalnym, właściwie błędy są przydatną informacją zwrotną, która pokazuje, co jeszcze musimy zrobić. Dlatego nie ma powodu, by ukrywać popełniane błędy czy pomyłki. - Podstawowe zagadnienia tematu można czasami rozmieścić na linii wzroku wzdłuż klasy, kiedy uczniowie wchodzi na zajęcia. - Nawet dorośli mają kłopot z utrzymaniem koncentracji dłużej niż przez 30 minut. Jeśli to możliwe, rób krótkie 30-sekundowe przerwy dla mózgu, które pomogą dostarczyć mu tlen. Mózg stanowi zaledwie 2 procent masy ciała – wykorzystuje jednak 20 procent naszego tlenu. Dlatego przerwy, pozwalające uzupełnić dostawę tlenu do mózgu, dają podwójne korzyści. Zbieranie winogron to szybka i niezwykle efektywna zabawa. Powiedz uczniom, by wstali i wyobrazili sobie, że zrywają winogrona, które rosną wysoko nad ich głowami. Możesz również zaproponować, aby zgięli rękę i rytmicznie przez 30 sekund prawym łokciem sięgali do lewego kolana, potem lewym łokciem do prawego. Wracamy do omawianego tematu odświeżania. Ćwiczenia śródlekkcyjne podnoszą noradrenalinę i uaktywniają substancję chemiczną w mózgu o nazwie BDNF – która odpowiada za zwiększenie zdolności mózgu do gromadzenia pamięci. Nie jest to więc zabawa sama w sobie – może bezpośrednio wpłynąć na poprawę nauki. - Wreszcie przeznaczone czas na świętowanie. Klasa, która świętuje ukończenie planu pracy na koniec semestru, przynosząc jakieś smakołyki związane z tematem (np. potrawy Ameryki Południowej po zakończeniu rozdziału z geografii na temat tego obszaru) to klasa, do której chętniej będą chodzić. Nigdy nie zdziwi mi się powtarzanie, że ludzki umysł jest nastawiony na wychwytywanie nowości – nowe doświadczenia mają związek z potencjalnym zagrożeniem bądź możliwościami.
- **Ocenianie własnej pracy:** Ocena nauki wiąże się zazwyczaj ze stawianiem stopnia. Stawiamy stopień zgodnie z przyjętymi standardami, patrząc na to, co zostało zrobione. Ocena wystawiona za uczenie się jest czymś zupełnie innym – sięga w przyszłość. Wyrażasz opinię bezpośrednio na temat pisemnej pracy ucznia – wyjaśniając, w jaki sposób oraz w którym miejscu pracę można udoskonalić. W pewnej klasie, w której prowadziłem zajęcia, jedna z nauczycielek na początku semestru oznajmiła, że z jej przedmiotu wszyscy uczniowie już mają piątki. Ocena ulegnie zmianie, jeśli oddadzą prace ocenione na mniej niż pięć. W przypadku większości uczniów sytuacja nabrała akcentów dramatycznych. Zdarzało się, że prosili o danie im więcej czasu na skończenie pracy. „Wiem, że mogę napisać jeszcze lepiej!”. Regularnie nakłaniamy uczniów, aby oceniali własne prace, już nawet w szkole podstawowej. Ponieważ dzielimy się kryteriami określającymi pracę dobrze wykonaną, zachęcamy uczniów do współpracy w ramach „partnerstwa w uczeniu się”. Nie tylko będą mogli oceniać nawzajem swoje prace, ale również komentować pozytywnie elementy, które ich zdaniem można udoskonalić. To jest właśnie przykład czynnego zaangażowania! Kiedy nauczyciel poświęca czas i wysiłek na napisanie komentarza czy też porady na temat pracy domowej ze wskazówkami, jak można ją udoskonalić, ważne jest, aby uczniowie rzeczywiście wprowadzali udoskonalenia. Można na przykład wstrzymać wystawienie oceny z kolejnej pracy, dopóki uczeń nie wprowadzi zmian w ocenionym już zadaniu. Opinia Ważne, by wykorzystać czas na wychwytywanie problemów, zanim uczniowie nabiorą złych nawyków w uczeniu się. Stąd istotne jest regularne opiniowanie ich pracy – zarówno tego, co robią dobrze, jak i tego, co mogliby jeszcze poprawić. Opiniowanie powinno być całkowicie skoncentrowane na pracy, nie na osobie ucznia. Tak więc: „Zdaje się, że w tym miejscu pojawia się problem” jest lepsze niż „Widać, że się z tym zmagasz”. Taki komentarz może składać się z trzech etapów i może wyglądać mniej więcej tak: - Komentarz pozytywny: „Podobało mi się/Doceniam przykłady oraz zakończenie...” - Konkretna porada, jak coś poprawić: „Gdybyś rozwinął myśl o tym, dlaczego tarcie spowalnia otwieranie spadochronu...” - Odniesienie do celów/założeń, jakie stawialiście sobie przed napisaniem pracy: „Uzgodniliśmy, że chcemy nauczyć się, jak dwie siły działają na siebie nawzajem!” Jeśli – co jest prawdą – ośrodek emocjonalny mózgu stanowi furtkę do uczenia się i pamięci, wówczas najgorszą rzeczą, jakiej mógłby dopuścić się nauczyciel, byłoby upokorzenie ucznia, zawstydzenie go przed rówieśnikami czy zlekceważenie go. Z drugiej strony, to właśnie czas poświęcony na budowanie pewności siebie ucznia przynosi owoc w postaci motywacji.
- **Wyniki Uczenia się. Pokaż im, czego oczekujesz!:** Kiedy otrzymujesz od któregoś z uczniów pracę, która jest właśnie taka, na jakiej ci zależy, zeskanuj ją do komputera i wyświetl na tablicy multimedialnej. Zaznacz dokładnie miejsca dowodzące, że praca jest naprawdę dobra. Wielu uczniów często nie wie, jak powinna wyglądać praca na dobrym poziomie. Muszą zobaczyć cel. Dlatego tak ważne jest bycie konkretnym i dokładnym, gdy mówimy o naszych oczekiwaniach względem prac domowych. To sprawdza się naprawdę dobrze. - Czego nauczymy się na dzisiejszej lekcji? np. Nauczymy się dodawać. np. Nauczymy się, jak planować i pisać opowiadanie detektywistyczne. np. Nauczymy się, jak odróżnić ciecz od ciał stałych. - W jaki sposób mogę udowodnić, że wiem, albo potrafię to wykonać? Umiem wyjaśnić, dlaczego paliwo kopalne powstaje ze związków organicznych W Anglii dla pokazania, jakie kryterium nauczyciel zastosuje, oceniając kolejne prace domowe, wykorzystujemy akronim USZ oraz TCST: USZ oznacza Uczę Się, Żeby TCST oznacza To, Czego Szukam, To Jeśli stosuje się je dostatecznie często, uczniowie zaczynają się przyzwyczajać do kojarzenia uczenia się z celami, dla których się uczą, i wówczas mogą rozpocząć ocenianie własnej nauki. W ten sposób nie tylko kształtujemy samodzielnych uczniów, jakich chcemy widzieć na naszych lekcjach, ale również uczniów, którzy czują się bezpiecznie, ponieważ wiedzą, czego się od nich oczekuje. To wszystko jest częścią naszego całościowego celu, czyli sprawienia, by proces uczenia stał się dostrzegalny i kontrolowany.
- **Sposoby osiągania celów:** 1. Myśl pozytywnie. Uczniowie powinni mieć pozytywne nastawienie do tego, czego się uczą, a klasa winna być środowiskiem o niskim poziomie stresu/wysokim poziomie energii. Młodzi ludzie muszą wiedzieć, jak określać własne cele i być w stanie samemu ocenić postęp własnej pracy – bez czekania na czyjąś ocenę. Nauczyciel winien mieć możliwość korzystania z najnowszych badań dotyczących mózgu człowieka, aby być w stanie skutecznie skupiać uwagę podopiecznych i prowadzić zajęcia czyniące naukę

niezapomnianym przeżyciem. 2. Informacje – zdobądź je. W czasie nauki uczniowie muszą w sposób aktywny angażować wszystkie swoje kanały odbierania świata – wzrok, słuch i ruch. Ludzie są jednak przede wszystkim wzrokowcami – niezależnie więc od stylu uczenia się, nauczyciele i uczniowie powinni korzystać z narzędzi i technik, które pomogą im uczynić przyswajany temat wizualnie niezapomnianym przeżyciem. 3. Szukaj znaczenia. Uczniowie muszą przemyśleć to, czego się nauczyli, i odnaleźć w tym sens i znaczenie dla siebie samych. Muszą wiedzieć, w jaki sposób przekształcić czyjeś myśli czy idee, i jak opisać je własnymi słowami – w ten sposób naprawdę rozumieją temat i nie będą „recytować” tylko tego, czego wyuczyli się na pamięć. 4. Trenuj pamięć. W przypadku wielu przedmiotów konieczne jest zapamiętywanie licznych szczegółów – możemy tutaj skorzystać z różnych przydatnych technik, które ułatwią pracę ucznia i sprawią, że wyniki testów i sprawdzianów będą satysfakcjonujące. 5. Rzecz w tym, by udowodnić, że wiesz. Samodzielny uczeń nie czeka, aż ktoś go przetestuje – wie, jak samemu ocenić własny postęp i sprawdzić swoją wiedzę. Istnieją pewnie techniki mogące sprawić, że taka samoocena wejdzie w nawyk. Do nauczyciela natomiast należy opracowanie i koncentrowanie się na ocenie formatywnej bardziej niż ocenie podsumowującej – uczniom bowiem potrzebna jest nieustanna i konkretna opinia na temat tego, w jaki sposób mogą poprawić swoje wyniki. 7. Zastanów się, jak się uczysz. Uczniowie odnoszący sukcesy potrafią myśleć nie tylko o tym, czego się nauczyli, ale również o tym, w jaki sposób się tego nauczyli. Nieustannie zadają sobie pytanie: „Które z technik są dla mnie najskuteczniejsze i jak mogą być jeszcze lepszy w tym, co robię?”. W ten sposób stają się coraz lepsi w uczeniu się czegokolwiek. A takie umiejętności mogą przyczynić się do poprawy jakości życia w przyszłości. Model sześciu etapów skutecznego uczenia tworzy akronim MISTRZ. Postępując zgodnie z wytycznymi tego programu, twoi uczniowie mogą być MISTRZAMI z każdego przedmiotu!

- **Porównania i metafory.**: Impuls nerwowy przechodzący przez komórkę mózgową bądź nerwową można porównać do energii elektrycznej przemieszczającej się w dół kabla. Kiedy natomiast myśl przeskakuje z jednego dendrytu do drugiego za pomocą synapsy, używając neuroprzekaźnika, można porównać ten proces do szczura wodnego pływającego od jednego brzegu do drugiego. Oba przypadki to porównania – obrazy wizualne, które wspomagają zrozumienie i zapamiętywanie. Uczniowie mogą sami wymyślać porównania, wystarczy, abyś zadał im pytanie: „Co wam to przypomina – jak to wygląda?”. Następnie możesz postawić pytanie pomocnicze, naprowadzające na odpowiedź „A jak się różnią?” „Co jeszcze może to przypominać?”.
- **Gotowe Notatki do Powtórek:** Uczniom potrzebne są wskazówki i podpowiedzi, w jaki sposób prowadzić dobre notatki. Nie wszyscy uczniowie czują się komfortowo w tworzeniu map myśli – mogą one nie pasować do ich stylu uczenia się. Poniższy format, sprawdzony i przebadany, odpowiada uczniom myślącym bardziej linearnie. Poprowadź wzdłuż strony linię i podziel ją, zostawiając mniej więcej dwie trzecie miejsca po lewej stronie. Uczniowie właśnie po lewej zapisują swoje notatki. Pod koniec lekcji poświęć kilka chwil na wypisanie podstawowych haseł w kolumnie po prawej stronie, mogą to być również odpowiednie cytaty, przykłady, wzory czy definicje. Wreszcie na samym końcu uczniowie wyciągają wnioski z przedstawionych faktów. Zaleta tego typu notatek jest dwojaka. Po pierwsze, zachęcają uczniów do myślenia o tym, czego się nauczyli – podstawowy element zrozumienia i zapamiętywania. Po drugie, notatki są prowadzone w taki sposób, że powtórki przed testem czy sprawdzianem są łatwe i nie zabierają dużo czasu. Kiedy uczeń odczyta podstawowe hasła i przykłady, szczegóły dotyczące tematu powrócą wielką falą. Taka forma prowadzenia notatek pozwala powtarzać materiał według określonego schematu (patrz: fragment dotyczący pamięci), który może poprawić zdolność zapamiętywania tematu aż o 400 procent!

Dodatkowe metody

Treści

Tekst	Rok realizacji
Ruch prostoliniowy i siły. Uczeń:	I
• posługuje się pojęciem prędkości do opisu ruchu; przelicza jednostki prędkości;	I
• odczytuje prędkość i przebytą odległość z wykresów zależności drogi i prędkości od czasu oraz rysuje te wykresy na podstawie opisu słownego;	I
• podaje przykłady sił i rozpoznaje je w różnych sytuacjach praktycznych;	I
• opisuje zachowanie się ciał na podstawie pierwszej zasady dynamiki Newtona;	I
• odróżnia prędkość średnią od chwilowej w ruchu niejednostajnym;	I
• posługuje się pojęciem przyspieszenia do opisu ruchu prostoliniowego jednostajnie przyspieszonego;	I
• opisuje zachowanie się ciał na podstawie drugiej zasady dynamiki Newtona;	I
• stosuje do obliczeń związek między masą ciała, przyspieszeniem i siłą;	I
• posługuje się pojęciem siły ciężkości;	I
• opisuje wzajemne oddziaływanie ciał, posługując się trzecią zasadą dynamiki Newtona;	I
• wyjaśnia zasadę działania dźwigni dwustronnej, bloku nieruchomego, kołowrotu;	I
• opisuje wpływ oporów ruchu na poruszające się ciała.	I
Energia. Uczeń:	II
• wykorzystuje pojęcie energii mechanicznej i wymienia różne jej formy;	II
• posługuje się pojęciem pracy i mocy;	II
• opisuje wpływ wykonanej pracy na zmianę energii;	II
• posługuje się pojęciem energii mechanicznej jako sumy energii kinetycznej i potencjalnej;	II
• stosuje zasadę zachowania energii mechanicznej;	II
• analizuje jakościowo zmiany energii wewnętrznej spowodowane wykonaniem pracy i przepływem ciepła;	II
• wyjaśnia związek między energią kinetyczną cząsteczek i temperaturą;	II

• wyjaśnia przepływ ciepła w zjawisku przewodnictwa cieplnego oraz rolę izolacji cieplnej;	II
• opisuje zjawiska topnienia, krzepnięcia, parowania, skraplania, sublimacji i resublimacji;	II
• posługuje się pojęciem ciepła właściwego, ciepła topnienia i ciepła parowania;	II
• opisuje ruch cieczy i gazów w zjawisku konwekcji.	II
Właściwości materii. Uczeń:	I
• analizuje różnice w budowie mikroskopowej ciał stałych, cieczy i gazów;	I
• omawia budowę kryształów na przykładzie soli kamiennej;	I
• posługuje się pojęciem gęstości;	I
• stosuje do obliczeń związek między masą, gęstością i objętością ciał stałych i cieczy, na podstawie wyników pomiarów wyznacza gęstość cieczy i ciał stałych;	I
• opisuje zjawisko napięcia powierzchniowego na wybranym przykładzie;	I
• posługuje się pojęciem ciśnienia (w tym ciśnienia hydrostatycznego i atmosferycznego);	I
• formułuje prawo Pascala i podaje przykłady jego zastosowania;	I
• analizuje i porównuje wartości sił wyporu dla ciał zanurzonych w cieczy lub gazie;	I
• wyjaśnia pływanie ciał na podstawie prawa Archimedesesa.	I
Elektryczność. Uczeń:	III
• opisuje sposoby elektryzowania ciał przez tarcie i dotyk; wyjaśnia, że zjawisko to polega na przepływie elektronów; analizuje kierunek przepływu elektronów;	III
• opisuje jakościowo oddziaływanie ładunków jednoimiennych i różnoimiennych;	III
• odróżnia przewodniki od izolatorów oraz podaje przykłady obu rodzajów ciał;	III
• stosuje zasadę zachowania ładunku elektrycznego;	III
• posługuje się pojęciem ładunku elektrycznego jako wielokrotności ładunku elektronu (elementarnego);	III
• opisuje przepływ prądu w przewodnikach jako ruch elektronów swobodnych;	III
• posługuje się pojęciem natężenia prądu elektrycznego;	III
• posługuje się (intuicyjnie) pojęciem napięcia elektrycznego;	III
• posługuje się pojęciem oporu elektrycznego, stosuje prawo Ohma w prostych obwodach elektrycznych;	III
• posługuje się pojęciem pracy i mocy prądu elektrycznego;	III
• przelicza energię elektryczną podaną w kilowatogodzinach na dżule i dżule na kilowatogodzinę;	III
• buduje proste obwody elektryczne i rysuje ich schematy;	III
• wymienia formy energii, na jakie zamieniana jest energia elektryczna.	III
Magnetyzm. Uczeń:	III
• nazywa bieguny magnetyczne magnesów trwałych i opisuje charakter oddziaływania między nimi;	III
• opisuje zachowanie igły magnetycznej w obecności magnesu oraz zasadę działania kompasu;	III
• opisuje oddziaływanie magnesów na żelazo i podaje przykłady wykorzystania tego oddziaływania;	III
• opisuje działanie przewodnika z prądem na igłę magnetyczną;	III
• opisuje działanie elektromagnesu i rolę rdzenia w elektromagnesie;	III
• opisuje wzajemne oddziaływanie magnesów z elektromagnesami i wyjaśnia działanie silnika elektrycznego prądu stałego.	III
Ruch drgający i fale. Uczeń:	III
• opisuje ruch wahadła matematycznego i ciężarka na sprężynie oraz analizuje przemiany energii w tych ruchach;	III
• posługuje się pojęciami amplitudy drgań, okresu, częstotliwości do opisu drgań, wskazuje położenie równowagi oraz odczytuje amplitudę i okres z wykresu $x(t)$ dla drgającego ciała;	III
• opisuje mechanizm przekazywania drgań z jednego punktu ośrodka do drugiego w przypadku fal na napiętej linie i fal dźwiękowych w powietrzu;	III
• posługuje się pojęciami: amplitudy, okresu i częstotliwości, prędkości i długości fali do opisu fal harmonicznycy oraz stosuje do obliczeń związek między tymi wielkościami;	III
• opisuje mechanizm wytwarzania dźwięku w instrumentach muzycznych;	III
• wymienia, od jakich wielkości fizycznych zależy wysokość i głośność dźwięku;	III
• posługuje się pojęciami infradźwięki i ultradźwięki.	III
Fale elektromagnetyczne i optyka. Uczeń:	III
• porównuje (wymienia cechy wspólne i różnice) rozchodzenie się fal mechanicznych i elektromagnetycznych;	III

• wyjaśnia powstawanie obszarów cienia i półcienia za pomocą prostoliniowego rozchodzenia się światła w ośrodku jednorodnym;	III
• wyjaśnia powstawanie obrazu pozornego w zwierciadle płaskim, wykorzystując prawa odbicia; opisuje zjawisko rozproszenia światła przy odbiciu od powierzchni chropowatej;	III
• opisuje skupianie promieni w zwierciadle wklęsłym, posługując się pojęciami ogniska i ogniskowej, rysuje konstrukcyjnie obrazy wytworzone przez zwierciadła wklęsłe;	III
• opisuje (jakościowo) bieg promieni przy przejściu światła z ośrodka rzadszego do ośrodka gęstszego optycznie i odwrotnie;	III
• opisuje bieg promieni przechodzących przez soczewkę skupiającą i rozpraszającą (biegnących równoległe do osi optycznej), posługując się pojęciami ogniska i ogniskowej;	III
• rysuje konstrukcyjnie obrazy wytworzone przez soczewki, rozróżnia obrazy rzeczywiste, pozorne, proste, odwrócone, powiększone, pomniejszone;	III
• wyjaśnia pojęcia krótkowzroczności i dalekowzroczności oraz opisuje rolę soczewek w ich korygowaniu;	III
• opisuje zjawisko rozszczepienia światła za pomocą pryzmatu;	III
• opisuje światło białe jako mieszaninę barw, a światło lasera jako światło jednobarwne;	III
• podaje przybliżoną wartość prędkości światła w próżni; wskazuje prędkość światła jako maksymalną prędkość przepływu informacji;	III
• nazywa rodzaje fal elektromagnetycznych (radiowe, mikrofałe, promieniowanie podczerwone, światło widzialne, promieniowanie nadfioletowe i rentgenowskie) i podaje przykłady ich zastosowania.	III
Wymagania przekrojowe. Uczeń:	I
• opisuje przebieg i wynik przeprowadzanego doświadczenia, wyjaśnia rolę użytych przyrządów, wykonuje schematyczny rysunek obrazujący układ doświadczenia;	I
• wyodrębnia zjawisko z kontekstu, wskazuje czynniki istotne i nieistotne dla wyniku doświadczenia;	I
• szacuje rząd wielkości spodziewanego wyniku i ocenia na tej podstawie wartości obliczanych wielkości fizycznych;	I
• przelicza wielokrotności i podwielokrotności (przedrostki mikro-, mili-, centy-, hekto-, kilo-, mega-); przelicza jednostki czasu (sekunda, minuta, godzina, doba);	I
• rozróżnia wielkości dane i szukane;	I
• odczytuje dane z tabeli i zapisuje dane w formie tabeli;	I
• rozpoznaje proporcjonalność prostą na podstawie danych liczbowych lub na podstawie wykresu oraz posługuje się proporcjonalnością prostą;	I
• sporządza wykres na podstawie danych z tabeli (oznaczenie wielkości i skali na osiach), a także odczytuje dane z wykresu;	I
• rozpoznaje zależność rosnącą i malejącą na podstawie danych z tabeli lub na podstawie wykresu oraz wskazuje wielkość maksymalną i minimalną;	I
• posługuje się pojęciem niepewności pomiarowej;	I
• zapisuje wynik pomiaru lub obliczenia fizycznego jako przybliżony (z dokładnością do 2-3 cyfr znaczących);	I
• planuje doświadczenie lub pomiar, wybiera właściwe narzędzia pomiaru; mierzy: czas, długość, masę, temperaturę, napięcie elektryczne, natężenie prądu.	I
• wyznacza gęstość substancji, z jakiej wykonano przedmiot w kształcie prostopadłościanu, walca lub kuli za pomocą wagi i linijki;	I
• wyznacza prędkość przemieszczania się (np. w czasie marszu, biegu, pływania, jazdy rowerem) za pośrednictwem pomiaru odległości i czasu;	I
• dokonuje pomiaru siły wyporu za pomocą siłomierza (dla ciała wykonanego z jednorodnej substancji o gęstości większej od gęstości wody);	I
• wyznacza masę ciała za pomocą dźwigni dwustronnej, innego ciała o znanej masie i linijki;	II
• wyznacza ciepło właściwe wody za pomocą czajnika elektrycznego lub grzałki o znanej mocy (przy założeniu braku strat);	II
• demonstruje zjawisko elektryzowania przez tarcie oraz wzajemnego oddziaływania ciał naładowanych;	III
• buduje prosty obwód elektryczny według zadanego schematu (wymagana jest znajomość symboli elementów: ogniwo, opornik, żarówka, wyłącznik, woltomierz, amperomierz);	III
• wyznacza opór elektryczny opornika lub żarówki za pomocą woltomierza i amperomierza;	III
• wyznacza moc żarówki zasilanej z baterii za pomocą woltomierza i amperomierza;	III
• demonstruje działanie prądu w przewodzie na igłę magnetyczną (zmiany kierunku wychylenia przy zmianie kierunku przepływu prądu, zależność wychylenia igły od pierwotnego jej ułożenia względem przewodu);	III
• demonstruje zjawisko załamania światła (zmiany kąta załamania przy zmianie kąta padania - jakościowo);	III
• wyznacza okres i częstotliwość drgań ciężarka zawieszzonego na sprężynie oraz okres i częstotliwość drgań wahadła matematycznego;	III

• wytwarza dźwięk o większej i mniejszej częstotliwości od danego dźwięku za pomocą dowolnego drgającego przedmiotu lub instrumentu muzycznego; III

• wytwarza za pomocą soczewki skupiającej ostry obraz przedmiotu na ekranie, odpowiednio dobierając doświadczalnie położenie soczewki i przedmiotu. III

Dodatkowe treści

biologia

Cele

- **Znajomość uwarunkowań zdrowia człowieka.:** Uczeń analizuje związek pomiędzy własnym postępowaniem a zachowaniem zdrowia (prawidłowa dieta, aktywność ruchowa, badania profilaktyczne) oraz rozpoznaje sytuacje wymagające konsultacji lekarskiej; rozumie znaczenie krwiodawstwa i transplantacji narządów.
- **Rozumowanie i argumentacja.:** Uczeń interpretuje informacje i wyjaśnia zależności przyczynowo-skutkowe między faktami, formułuje wnioski, formułuje i przedstawia opinie związane z omawianymi zagadnieniami biologicznymi.
- **Poszukiwanie, wykorzystanie i tworzenie informacji.:** Uczeń wykorzystuje różnorodne źródła i metody pozyskiwania informacji, w tym technologię informacyjno-komunikacyjną, odczytuje, analizuje, interpretuje i przetwarza informacje tekstowe, graficzne, liczbowe, rozumie i interpretuje pojęcia biologiczne, zna podstawową terminologię biologiczną.
- **Znajomość metodyki badań biologicznych.:** Uczeń planuje, przeprowadza i dokumentuje obserwacje i proste doświadczenia biologiczne; określa warunki doświadczenia, rozróżnia próbę kontrolną i badawczą, formułuje wnioski; przeprowadza obserwacje mikroskopowe preparatów świeżych i trwałych.
- **Znajomość różnorodności biologicznej i podstawowych procesów biologicznych.:** Uczeń opisuje, porządkuje i rozpoznaje organizmy, wyjaśnia zjawiska i procesy biologiczne zachodzące w wybranych organizmach i w środowisku, przedstawia i wyjaśnia zależności między organizmem a środowiskiem, wskazuje ewolucyjne źródła różnorodności biologicznej.

Dodatkowe cele

Metody

- **Wyniki Uczenia się. Pokaż im, czego oczekujesz!:** Kiedy otrzymujesz od kogoś z uczniów pracę, która jest właśnie taka, na jakiej ci zależy, zeskanuj ją do komputera i wyświetl na tablicy multimedialnej. Zaznacz dokładnie miejsca dowodzące, że praca jest naprawdę dobra. Wielu uczniów często nie wie, jak powinna wyglądać praca na dobrym poziomie. Muszą zobaczyć cel. Dlatego tak ważne jest bycie konkretnym i dokładnym, gdy mówimy o naszych oczekiwaniach względem prac domowych. To sprawdza się naprawdę dobrze. - Czego nauczymy się na dzisiejszej lekcji? np. Nauczmy się dodawać. np. Nauczmy się, jak planować i pisać opowiadanie detektywistyczne. np. Nauczmy się, jak odróżniać ciecze od ciał stałych. - W jaki sposób mogę udowodnić, że wiem, albo potrafię to wykonać? Umiem wyjaśnić, dlaczego paliwo kopalne powstaje ze związków organicznych W Anglii dla pokazania, jakie kryterium nauczyciel stosuje, oceniając kolejne prace domowe, wykorzystujemy akronim USZ oraz TCST: USZ oznacza Uczę Sie, Żeby TCST oznacza To, Czego Szukam, To Jeśli stosuje się je dostatecznie często, uczniowie zaczynają się przyzwyczajać do kojarzenia uczenia się z celami, dla których się uczą, i wówczas mogą rozpocząć ocenianie własnej nauki. W ten sposób nie tylko kształtujemy samodzielnych uczniów, jakich chcemy widzieć na naszych lekcjach, ale również uczniów, którzy czują się bezpieczniej, ponieważ wiedzą, czego się od nich oczekuje. To wszystko jest częścią naszego całościowego celu, czyli sprawienia, by proces uczenia stał się dostrzegalny i kontrolowany.
- **Ocenianie własnej pracy:** Ocena nauki wiąże się zazwyczaj ze stawianiem stopnia. Stawiamy stopień zgodnie z przyjętymi standardami, patrząc na to, co zostało zrobione. Ocena wystawiona za uczenie się jest czymś zupełnie innym – sięga w przyszłość. Wyrażasz opinię bezpośrednio na temat pisemnej pracy ucznia - wyjaśniając, w jaki sposób oraz w którym miejscu pracę można udoskonalić. W pewnej klasie, w której prowadziłem zajęcia, jedna z nauczycielek na początku semestru oznajmiła, że z jej przedmiotu wszyscy uczniowie już mają piątki. Ocena ulegnie zmianie, jeśli oddadzą prace ocenione na mniej niż pięć. W przypadku większości uczniów sytuacja nabrała akcentów dramatycznych. Zdarzało się, że prosili o danie im więcej czasu na skończenie pracy. „Wiem, że mogę napisać jeszcze lepiej!”. Regularnie nakłaniamy uczniów, aby oceniali własne prace, już nawet w szkole podstawowej. Ponieważ dzielimy się kryteriami określającymi pracę dobrze wykonaną, zachęcamy uczniów do współpracy w ramach „partnerstwa w uczeniu się”. Nie tylko będą mogli oceniać nawzajem swoje prace, ale również komentować pozytywnie elementy, które ich zdaniem można udoskonalić. To jest właśnie przykład czynnego zaangażowania! Kiedy nauczyciel poświęca czas i wysiłek na napisanie komentarza czy też porady na temat pracy domowej ze wskazówkami, jak można ją udoskonalić, ważne jest, aby uczniowie rzeczywiście wprowadzali udoskonalenia. Można na przykład wstrzymać wystawienie oceny z kolejnej pracy, dopóki uczeń nie wprowadzi zmian w ocenionym już zadaniu. Opinia Ważne, by wykorzystać czas na wychwytywanie problemów, zanim uczniowie nabiorą złych nawyków w uczeniu się. Stąd istotne jest regularne opiniowanie ich pracy - zarówno tego, co robią dobrze, jak i tego, co mogliby jeszcze poprawić. Opiniowanie powinno być całkowicie skoncentrowane na pracy, nie na osobie ucznia. Tak więc: „Zdaje się, że w tym miejscu pojawia się problem” jest lepsze niż „Widać, że się z tym zmagales”. Taki komentarz może składać się z trzech etapów i może wyglądać mniej więcej tak: - Komentarz pozytywny: „Podobało mi się/Doceniam przykłady oraz zakończenie...” - Konkretna porada, jak coś poprawić: „Gdybyś rozwinął myśl o tym, dlaczego tarcie spowalnia otwieranie spadochronu...” - Odniesie się do celów/założenia, jakie stawialiście sobie przed napisaniem pracy: „Uzgodniliśmy, że chcemy nauczyć się, jak dwie siły działają na siebie nawzajem!” Jeśli - co jest prawdą - ośrodek emocjonalny mózgu stanowi furtkę do uczenia się i pamięci, wówczas najgorszą rzeczą, jakiej mógłby dopuścić się nauczyciel, byłoby upokorzenie ucznia, zawstydzenie go przed rówieśnikami czy zlekceważenie go. Z drugiej strony, to właśnie czas poświęcony na budowanie pewności siebie ucznia przynosi owoc w postaci motywacji.
- **Pozytywna atmosfera :** Sala lekcyjna o wysokim poziomie energii/niskim poziomie zagrożenia może zawierać niektóre, bądź wszystkie z poniższych pomysłów: - Na początku każdego tygodnia nauczyciel wita uczniów w drzwiach klasy. - Umieszczamy na ścianie plakat lub plakaty ze wskazówkami, jak odnosić sukcesy w nauce. - Bijemy brawo po skutecznym rozwiązaniu problemu lub właściwym wykorzystaniu techniki uczenia się, np. po stworzeniu grupowej mapy myśli lub otrzymaniu dobrego wyniku w pracy w parach. - Podkreślamy, że w procesie uczenia się popełnianie błędów jest czymś normalnym, właściwie błędy są przydatną informacją zwrotną, która pokazuje, co jeszcze musimy zrobić. Dlatego nie ma powodu, by ukrywać popełniane błędy czy pomyłki. - Podstawowe zagadnienia tematu można czasami rozmieścić na linii wzroku wzdłuż klasy, kiedy uczniowie wchodzi na zajęcia. - Nawet dorośli mają kłopot z utrzymaniem koncentracji dłużej niż przez 30 minut. Jeśli to możliwe, rób krótkie 30-sekundowe przerwy dla mózgu, które pomogą dostarczyć mu tlen. Mózg stanowi zaledwie 2 procent masy ciała - wykorzystuje jednak 20 procent naszego tlenu. Dlatego przerwy, pozwalające uzupełnić dostawę tlenu do mózgu, dają podwójne korzyści. Zbieranie winogron to szybka i niezwykle efektywna zabawa. Powiedz uczniom, by wstali i wyobrazili sobie, że zrywają winogrona, które rosną wysoko nad ich głowami. Możesz również zaproponować, aby zgięli rękę i rytmicznie przez 30 sekund prawym łokciem sięgali do lewego kolana, potem lewym łokciem do prawego. Wracamy do omawianego tematu odświeżania. Ćwiczenia śródlekcyjne podnoszą noradrenalinę i uaktywniają substancję chemiczną w mózgu o nazwie BDNF - która odpowiada za zwiększenie zdolności mózgu do gromadzenia pamięci. Nie jest to więc zabawa sama w sobie - może bezpośrednio wpłynąć na poprawę nauki. - Wreszcie przeznacz czas na świętowanie. Klasa, która świętuje ukończenie planu pracy na koniec semestru, przynosząc jakieś smakołyki związane z tematem (np. potrawy Ameryki Południowej po zakończeniu rozdziału z geografii na temat tego obszaru) to klasa, do której chętniej będą chodzić Nigdy nie zdziwił mi się powtarzanie, że ludzki umysł jest nastawiony na wychwytywanie nowości - nowe doświadczenia mają związek z

potencjalnym zagrożeniem bądź możliwościami.

- **Kotwiczenie:** Dyscyplina jest oczywiście niezbędna. Kiedy pragniesz przywrócić w klasie ciszę i porządek, wprowadź zasadę, że jedno z miejsc w sali lekcyjnej będzie o tym przypominało. Bez słów, uczniowie stopniowo zaczną kojarzyć to miejsce z prośbą o spokój i ciszę. Za każdym razem, gdy zrobisz parę kroków w tę stronę, informacja, którą chcesz przekazać, będzie podświadomie wzmocniona.
- **Koncentracja:** Ludzki umysł pracuje znacznie szybciej niż potrafisz mówić – dlatego czasami tracimy uwagę słuchaczy – nawet jeśli temat i sposób, w jaki go prezentujemy, jest zajmujący. Spróbuj utrzymać uwagę uczniów poprzez zadanie 5 pytań, na które odpowiedź padnie w trakcie lekcji podczas omawiania tematu. Będą szukać odpowiedzi. Możesz także ogłosić, że „w ciągu kolejnych pięciu minut celowo popełnisz dwa błędy”. Gdyby udało ci się poświęcić kilka minut przed lekcją, przygotuj kilka kart do gry w Bingo. Na karcie zapisz podstawowe hasła z lekcji. Pierwszy uczeń, który zawoła „Bingo”, zdobywa punkt dla drużyny. Poniżej przedstawiam przykład gry, jaką wybieram do swojej prezentacji – wszystkie zasadnicze terminy pojawiają się w tej książce. Sprawdź, czy uda ci się je zauważyć!
- **Bezstronność:** Opracuj swego rodzaju bezstronną metodę zwracania się do uczniów w trakcie lekcji. Całkiem dobrze sprawdza się przypisywanie uczniom numerów, a następnie ich losowe wybieranie. Możesz położyć numerki na stoliku i losować je z kuli. Takie podejście likwiduje podejrzenia o stronniczość i daje uczniom równe szanse na bycie wywołanym do odpowiedzi. Ponieważ nikt nie wie, czy jego numer nie zostanie wylosowany, lepiej się koncentrują. Jesteście gotowi? Od czasu do czasu możesz wykorzystać ten pomysł jako otwarcie lekcji. Napisz na tablicy słowo „energia” i „koncentracja”. Policz do trzech, na trzy każdy uczeń wykrzykuje liczbę od 1 – 10, która opisuje ich poziom energii. Zapisz na tablicy średnią liczbę. Następnie powtórzcie ten sam proces dla słowa „koncentracja”. Pozwól, aby tym razem uczniowie ocenili ogólną średnią liczbę. Przykładowo $14 \text{ z } 20 = 70 \text{ procent}$. Możesz zaproponować, aby wstali i przyzywali rękami większą dawkę energii, następnie usiedli i spojrzeli na ciebie, mówiąc półgłosem „alee”, kiedy czują więcej energii. W ten sposób wprowadzasz element zabawy, poczucie wywierania wpływu, a co więcej, humor i atmosfera w klasie znacznie się poprawia.
- **Zapytaj ich!** Przedstawione powyżej pomysły zostały sprawdzone i naprawdę świetnie działają. Przed wprowadzeniem ich do praktyki poddałbym je testom i analizom, ponieważ nastawienie umysłu ucznia określa, jak dobrze będzie się uczył. Priorytetem więc jest wprowadzenie uczniów w pozytywny, gotowy-do-nauki stan umysłu. Możesz oczywiście dodawać niektóre z tych pomysłów do określonych strategii uczenia, które zaraz zaczniemy zgłębiać – a otrzymasz w efekcie klasę, która chce się uczyć, ponieważ sprawia im to radość. Uczniowie na ochotnika będą spędzać godziny na uczeniu się o swoim hobby, bo sprawia im to przyjemność. Osobiście wierzę, że radość w klasie jest koniecznością – a nie jakimś bonusem. No i wreszcie, jeśli chcesz wiedzieć, co takiego motywuje twoich uczniów do nauki – zwyczajnie zapytaj ich o to! Jeden z badaczy – Sass, tak właśnie zrobił. Oto 8 motywatorów wymienionych w jego klasie, które pewnie was nie zaskoczą: 1. Entuzjazm nauczyciela 2. Dobre stosunki między nauczycielem a uczniami 3. Odpowiednie materiały 4. Dobra organizacja przebiegu zajęć 5. Odpowiedni poziom zaawansowania/stożek trudności materiałów 6. Czynne zaangażowanie uczniów 7. Różnorodność 8. Stosowanie właściwych, konkretnych i zrozumiałych przykładów
Zadałem niedawno pytanie grupie uczniów, jak mógłbym zmienić lekcję, aby mogła ich bardziej inspirować i motywować. Ich najwyżej notowane odpowiedzi: - stosowanie różnych metod uczenia - w tym gier, zabaw i Internetu - ćwiczenia praktyczne - więcej pracy w grupie i rozmów - projekty, które trwają przez kilka lekcji - jasne cele oraz określenie kryteriów odnoszenia sukcesu - praca indywidualna W świecie biznesu zawsze pytamy klienta o jego preferencje, oczekiwania oraz o to, czego sobie nie życzy. Nazbyt rzadko pytamy o to naszych uczniów. Kiedy jednak zadamy im takie pytanie, przekonacie się, że ich odpowiedzi są sensowne i bardzo przydatne.
- **Ocena wstępna:** Cała wiedza budowana jest na uprzednio zdobytych informacjach. Zaczynając od wizualizacji ogólnego zarysu, możesz wyjść z pytaniem o to, co już wiedzą na dany temat. Informacje pochodzą od nich i sprawiają, że aktywnie zaczynają uczestniczyć w procesie nauki. Taki wywiad pomaga ci również ocenić, na czym należy skoncentrować się w trakcie prowadzenia lekcji – bo skąd możemy wiedzieć, czego uczyć, jeśli nie mamy pewności, co nasi uczniowie już wiedzą?
- **Przepustka:** Przepustka jest wersją wejściówki – jednak zamiast prezentowania jej przy wejściu do klasy – uczniowie uzupełniają ją przed wyjściem z sali. Może wyglądać na przykład tak: Kiedy sugerujesz, by uczniowie rozważyli główne zagadnienia z dzisiejszej lekcji, wszelkie nowe zwroty, słowa, pytania, na które muszą znaleźć odpowiedzi, aby w pełni zrozumieć najistotniejsze fakty – po raz kolejny kształtujesz efektywny proces uczenia się. Tak wygląda refleksyjna nauka w działaniu. Przepustka daje nam jeszcze więcej. Ponieważ w klasie jest przeciętnie około 30 uczniów, wkrótce sam poznasz poziom zrozumienia oraz główne pytania wskazujące problemy do wyjaśnienia.
- **Gotowe Notatki do Powtórek:** Uczniowie potrzebne są wskazówki i podpowiedzi, w jaki sposób prowadzić dobre notatki. Nie wszyscy uczniowie czują się komfortowo w tworzeniu map myśli – mogą one nie pasować do ich stylu uczenia się. Poniższy format, sprawdzony i przebadany, odpowiada uczniom myślącym bardziej linearnie. Poprowadź wzdłuż strony linię i podziel ją, zostawiając mniej więcej dwie trzecie miejsca po lewej stronie. Uczniowie właśnie po lewej zapisują swoje notatki. Pod koniec lekcji poświęć kilka chwil na wypisanie podstawowych haseł w kolumnie po prawej stronie, mogą to być również odpowiednie cytaty, przykłady, wzory czy definicje. Wreszcie na samym końcu uczniowie wyciągają wnioski z przedstawionych faktów. Zaleta tego typu notatek jest dwójaka. Po pierwsze, zachęcają uczniów do myślenia o tym, czego się nauczyli – podstawowy element zrozumienia i zapamiętywania. Po drugie, notatki są prowadzone w taki sposób, że powtórki przed testem czy sprawdzianem są łatwe i nie zabierają dużo czasu. Kiedy uczeń odczyta podstawowe hasła i przykłady, szczegóły dotyczące tematu powrócą wielką falą. Taka forma prowadzenia notatek pozwala powtarzać materiał według określonego schematu (patrz: fragment dotyczący pamięci), który może poprawić zdolność zapamiętywania tematu aż o 400 procent!
- **Porównania i metafory:** Impuls nerwowy przechodzący przez komórkę mózgową bądź nerwową można porównać do energii elektrycznej przemieszczającej się w dół kabla. Kiedy natomiast myśl przeskakuje z jednego dendrytu do drugiego za pomocą synapsy, używając neuroprzekaznika, można porównać ten proces do szczura wodnego pływającego od jednego brzegu do drugiego. Oba przypadki to porównania – obrazy wizualne, które wspomagają zrozumienie i zapamiętywanie. Uczniowie mogą sami wymyślać porównania, wystarczy, abyś zadał im pytanie: „Co wam to przypomina – jak to wygląda?”. Następnie możesz postawić pytanie pomocnicze, naprowadzające na odpowiedź „A jak się różnią?” „Co jeszcze może to przypominać?”.
- **Sposoby osiągnięcia celów:** 1. Myśl pozytywnie. Uczniowie powinni mieć pozytywne nastawienie do tego, czego się uczą, a klasa winna być środowiskiem o niskim poziomie stresu/wysokim poziomie energii. Młodzi ludzie muszą wiedzieć, jak określać własne cele i być w stanie samemu ocenić postęp własnej pracy – bez czekania na czyjąś ocenę. Nauczyciel winien mieć możliwość korzystania z najnowszych badań dotyczących mózgu człowieka, aby być w stanie skutecznie skupiać uwagę podopiecznych i prowadzić zajęcia czyniące naukę niezapomnianym przeżyciem. 2. Informacje – zdobądź je. W czasie nauki uczniowie muszą w sposób aktywny angażować wszystkie swoje kanały odbierania świata - wzrok, słuch i ruch. Ludzie są jednak przede wszystkim wzrokowcami – niezależnie więc od stylu uczenia się, nauczyciele i uczniowie powinni korzystać z narzędzi i technik, które pomogą im uczynić przyswajany temat wizualnie niezapomnianym przeżyciem. 3. Szukaj znaczenia. Uczniowie muszą przemyśleć to, czego się nauczyli, i odnaleźć w tym sens i znaczenie dla siebie samych. Muszą wiedzieć, w jaki sposób przekształcić czyjeś myśli czy idee, i jak opisać je własnymi słowami – w ten sposób naprawdę rozumieją temat i nie będą „recytować” tylko tego, czego wyuczyli się na pamięć. 4. Trenuj pamięć. W przypadku wielu przedmiotów konieczne jest

zapamiętywanie licznych szczegółów – możemy tutaj skorzystać z różnych przydatnych technik, które ułatwią pracę ucznia i sprawią, że wyniki testów i sprawdzianów będą satysfakcjonujące. 5. Rzecz w tym, by udowodnić, że wiesz. Samodzielny uczeń nie czeka, aż ktoś go przetestuje – wie, jak samemu ocenić własny postęp i sprawdzić swoją wiedzę. Istnieją pewnie techniki mogące sprawić 6., że taka samoocena wejdzie w nawyk. Do nauczyciela natomiast należy opracowanie i koncentrowanie się na ocenie formatywnej bardziej niż ocenie podsumowującej – uczniom bowiem potrzebna jest nieustanna i konkretna opinia na temat tego, w jaki sposób mogą poprawić swoje wyniki. 7. Zastanów się, jak się uczysz. Uczniowie odnoszący sukcesy potrafią myśleć nie tylko o tym, czego się nauczyli, ale również o tym, w jaki sposób się tego nauczyli. Nieustannie zadają sobie pytanie: „Które z technik są dla mnie najskuteczniejsze i jak mogę być jeszcze lepszy w tym, co robię?”. W ten sposób stają się coraz lepsi w uczeniu się czegokolwiek. A takie umiejętności mogą przyczynić się do poprawy jakości życia w przyszłości. Model sześciu etapów skutecznego uczenia tworzy akronim MISTRZ. Postępując zgodnie z wytycznymi tego programu, twoi uczniowie mogą być MISTRZAMI z każdego przedmiotu!

Dodatkowe metody

metody podające,
metody poszukujące,
metody problemowe,
metody eksponujące,
metody praktyczne

Treści

Tekst	Rok realizacji
Związki chemiczne budujące organizmy oraz pozyskiwanie i wykorzystanie energii. Uczeń:	II
• wymienia najważniejsze pierwiastki budujące ciała organizmów i wykazuje kluczową rolę węgla dla istnienia życia;	II
• przedstawia znaczenie wody dla funkcjonowania organizmów;	II
• wyróżnia podstawowe grupy związków chemicznych występujących w żywych organizmach (węglowodany, białka, tłuszcze, kwasy nukleinowe, witaminy, sole mineralne) oraz przedstawia ich funkcje;	II
• przedstawia fotosyntezę, oddychanie tlenowe oraz fermentację mlekową i alkoholową jako procesy dostarczające energii; wymienia substraty i produkty tych procesów oraz określa warunki ich przebiegu;	II
• wymienia czynniki niezbędne do życia dla organizmów samożywnych i cudzożywnych; ocenia, czy dany organizm jest samożywny czy cudzożywny.	II
Budowa i funkcjonowanie komórki. Uczeń:	I
• dokonuje obserwacji mikroskopowych komórki i rozpoznaje (pod mikroskopem, na schemacie, na zdjęciu lub po opisie) podstawowe elementy budowy komórki (błona komórkowa, cytoplazma, jądro, chloroplast, mitochondrium, wakuola, ściana komórkowa);	I
• przedstawia podstawowe funkcje poszczególnych elementów komórki;	I
• porównuje budowę komórki bakterii, roślin i zwierząt, wskazując cechy umożliwiające ich rozróżnienie.	I
Systematyka - zasady klasyfikacji, sposoby identyfikacji i przegląd różnorodności organizmów. Uczeń:	I
• uzasadnia potrzebę klasyfikowania organizmów i przedstawia zasady systemu klasyfikacji biologicznej (system jako sposób katalogowania organizmów, jednostki taksonomiczne, podwójne nazewnictwo);	I
• posługuje się prostym kluczem do oznaczania organizmów;	I
• wymienia cechy, którymi wirusy różnią się od organizmów zbudowanych z komórek;	I
• podaje znaczenie czynności życiowych organizmu (jednokomórkowego i wielokomórkowego): odżywiania, oddychania, wydalania, ruchu, reakcji na bodźce, rozmnażania, wzrostu i rozwoju;	I
• przedstawia podstawowe czynności życiowe organizmu jednokomórkowego na przykładzie wybranego protista samożywnego (np. eugleny) i cudzożywnego (np. pantofelka);	I
• przedstawia miejsca występowania bakterii i protistów oraz ich znaczenie w przyrodzie i dla człowieka;	I
• wymienia cechy umożliwiające zaklasyfikowanie organizmu do grzybów oraz identyfikuje nieznaną organizm jako przedstawiciela grzybów na podstawie obecności tych cech; wskazuje miejsca występowania grzybów (w tym grzybów porostowych);	I
• obserwuje okazy i porównuje cechy morfologiczne glonów i roślin lądowych (mchów, widłaków, skrzypów, paproci, nagozależkowych i okrytozależkowych), wymienia cechy umożliwiające zaklasyfikowanie organizmu do wymienionych wyżej grup i oraz identyfikuje nieznaną organizm jako przedstawiciela jednej z nich na podstawie obecności tych cech;	I
• wymienia cechy umożliwiające zaklasyfikowanie organizmu do parzydełkowców, płazińców, nicieni, pierścienic, stawonogów (skorupiaków, owadów i pajęczaków), mięczaków, ryb, płazów, gadów, ptaków, ssaków oraz identyfikuje nieznaną organizm jako przedstawiciela jednej z wymienionych grup na podstawie obecności tych cech;	I
• porównuje cechy morfologiczne, środowisko i tryb życia grup zwierząt wymienionych w pkt 9, w szczególności porównuje grupy kręgowców pod kątem pokrycia ciała, narządów wymiany gazowej, ciepłoty ciała, rozmnażania i rozwoju;	I
• przedstawia znaczenie poznanych grzybów, roślin i zwierząt w środowisku i dla człowieka.	I
Ekologia. Uczeń:	III

- przedstawia czynniki środowiska niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmów w środowisku lądowym i wodnym; III
 - wskazuje, na przykładzie dowolnie wybranego gatunku, zasoby, o które konkurują jego przedstawiciele między sobą i z innymi gatunkami, przedstawia skutki konkurencji wewnątrzgatunkowej i międzygatunkowej; III
 - przedstawia, na przykładzie poznanych wcześniej roślinożernych ssaków, adaptacje zwierząt do odżywiania się pokarmem roślinnym; podaje przykłady przystosowań roślin służących obronie przed zgrzyzaniem; III
 - przedstawia, na przykładzie poznanych wcześniej mięsożernych ssaków, adaptacje drapieżników do chwytania zdobyczy; podaje przykłady obronnych adaptacji ich ofiar; III
 - przedstawia, na przykładzie poznanych pasożytów, ich adaptacje do pasożytniczego trybu życia; III
 - wyjaśnia, jak zjadający i zjadani regulują wzajemnie swoją liczebność; III
 - wykazuje, na wybranym przykładzie, że symbioza (mutualizm) jest wzajemnie korzystna dla obu partnerów; III
 - wskazuje żywe i nieożywione elementy ekosystemu; wykazuje, że są one powiązane różnorodnymi zależnościami; III
 - opisuje zależności pokarmowe (łańcuchy i sieci pokarmowe) w ekosystemie, rozróżnia producentów, konsumentów i destruentów oraz przedstawia ich rolę w obiegu materii i przepływie energii przez ekosystem. III
- Budowa i funkcjonowanie organizmu roślinnego na przykładzie rośliny okrytozalążkowej. Uczeń:** I
- wymienia czynności życiowe organizmu roślinnego; I
 - identyfikuje (np. na schemacie, fotografii, rysunku lub na podstawie opisu) i opisuje organy rośliny okrytonasiennej (korzeń, pęd, łodyga, liść, kwiat, owoc) oraz przedstawia ich funkcje; I
 - wskazuje cechy adaptacyjne w budowie tkanek roślinnych do pełnienia określonych funkcji (tkanka twórcza, okrywająca, miękiszowa, wzmacniająca, przewodząca); I
 - rozróżnia elementy budowy kwiatu (okwiat: działki kielicha i płatki korony oraz słupkowie, pręcikowie) i określa ich rolę w rozmnażaniu płciowym; I
 - przedstawia budowę nasienia (łupina nasienna, bielmo, zarodek) oraz opisuje warunki niezbędne do procesu kiełkowania (temperatura, woda, tlen); I
 - podaje przykłady różnych sposobów rozsiewania się nasion i przedstawia rolę owocu w tym procesie. I
- Budowa i funkcjonowanie organizmu człowieka.** II
- Tkanki, narządy, układy narządów. Uczeń: II
 - opisuje hierarchiczną budowę organizmu człowieka (tkanki, narządy, układy narządów); II
 - podaje funkcje tkanki nabłonkowej, mięśniowej, nerwowej, krwi, tłuszczowej, chrzęstnej i kostnej oraz przedstawia podstawowe cechy budowy warunkujące pełnienie tych funkcji; II
 - opisuje budowę, funkcje i współdziałanie poszczególnych układów: ruchu, pokarmowego, oddechowego, krążenia, wydalniczego, nerwowego, dokrewnego i rozrodczego. II
 - Układ ruchu. Uczeń: II
 - wykazuje współdziałanie mięśni, ścięgien, kości i stawów w prawidłowym funkcjonowaniu układu ruchu; II
 - wymienia i rozpoznaje (na schemacie, rysunku, modelu, według opisu itd.) elementy szkieletu osiowego, obręczy i kończyn; II
 - przedstawia funkcje kości i wskazuje cechy budowy fizycznej i chemicznej umożliwiające ich pełnienie; II
 - przedstawia znaczenie aktywności fizycznej dla prawidłowego funkcjonowania układu ruchu i gęstości masy kostnej oraz określa czynniki wpływające na prawidłowy rozwój masy mięśniowej. II
 - Układ pokarmowy i odżywianie się. Uczeń: II
 - podaje funkcje poszczególnych części układu pokarmowego, rozpoznaje te części (na schemacie, modelu, rysunku, według opisu itd.) oraz przedstawia związek ich budowy z pełnioną funkcją; II
 - przedstawia źródła i wyjaśnia znaczenie składników pokarmowych (białka, tłuszcze, węglowodany, sole mineralne, woda) dla prawidłowego rozwoju i funkcjonowania organizmu; II
 - przedstawia rolę i skutki niedoboru niektórych witamin (A, C, B6, B12, kwasu foliowego, D), składników mineralnych (Mg, Fe, Ca) i aminokwasów egzogennych w organizmie; II
 - przedstawia miejsce i produkty trawienia oraz miejsce wchłaniania głównych grup związków organicznych; II
 - przedstawia rolę błonnika w prawidłowym funkcjonowaniu układu pokarmowego oraz uzasadnia konieczność systematycznego spożywania owoców i warzyw; II
 - wyjaśnia, dlaczego należy stosować dietę zróżnicowaną i dostosowaną do potrzeb organizmu (wiek, stan zdrowia, tryb życia i aktywność fizyczna, pora roku itp.), oraz podaje korzyści z prawidłowego odżywiania się; II
 - oblicza indeks masy ciała oraz przedstawia i analizuje konsekwencje zdrowotne niewłaściwego odżywiania (otyłość lub niedowaga oraz ich następstwa). II
 - Układ oddechowy. Uczeń: II
 - podaje funkcje części układu oddechowego, rozpoznaje je (na schemacie, modelu, rysunku, według opisu itd.) oraz przedstawia związek ich budowy z pełnioną funkcją; II
 - opisuje przebieg wymiany gazowej w tkankach i w płucach oraz przedstawia rolę krwi w transporcie gazów oddechowych; II

• przedstawia czynniki wpływające na prawidłowy stan i funkcjonowanie układu oddechowego (aktywność fizyczna poprawiająca wydolność oddechową, niepalenie papierosów czynnie i biernie).	II
• Układ krążenia. Uczeń:	II
• opisuje budowę i funkcje narządów układu krwionośnego i układu limfatycznego;	II
• przedstawia krążenie krwi w obiegu płucnym i ustrojowym;	II
• przedstawia rolę głównych składników krwi (krwinki czerwone i białe, płytki krwi, osocze) oraz wymienia grupy układu krwi ABO oraz Rh;	II
• przedstawia znaczenie aktywności fizycznej i prawidłowej diety dla właściwego funkcjonowania układu krążenia;	II
• przedstawia społeczne znaczenie krwiodawstwa.	II
• Układ odpornościowy. Uczeń:	II
• opisuje funkcje elementów układu odpornościowego (narządy: śledziona, grasica, węzły chłonne; komórki: makrofagi, limfocyty T, limfocyty B; cząsteczki: przeciwciała);	II
• rozróżnia odporność swoistą i nieswoistą naturalną i sztuczną, bierną i czynną;	II
• porównuje działanie surowicy i szczepionki; podaje przykłady szczepień obowiązkowych i nieobowiązkowych oraz ocenia ich znaczenie;	II
• opisuje konflikt serologiczny Rh;	II
• wyjaśnia, na czym polega transplantacja narządów, i podaje przykłady narządów, które można przeszczepiać;	II
• przedstawia znaczenie przeszczepów, w tym rodzinnych, oraz zgody na transplantację narządów po śmierci.	II
• Układ wydalniczy. Uczeń:	II
• podaje przykłady substancji, które są wydalane z organizmu człowieka, oraz wymienia narządy biorące udział w wydalaniu;	II
• opisuje budowę i funkcje głównych struktur układu wydalniczego (nerki, moczowody, pęcherz moczowy, cewka moczowa).	II
• Układ nerwowy. Uczeń:	III
• opisuje budowę i funkcje ośrodkowego i obwodowego układu nerwowego;	III
• porównuje rolę współczulnego i przywspółczulnego układu nerwowego;	III
• opisuje łuk odruchowy, wymienia rodzaje odruchów oraz przedstawia rolę odruchów warunkowych w uczeniu się;	III
• wymienia czynniki wywołujące stres oraz podaje przykłady pozytywnego i negatywnego działania stresu;	III
• przedstawia sposoby radzenia sobie ze stresem.	III
• Narządy zmysłów. Uczeń:	III
• przedstawia budowę oka i ucha oraz wyjaśnia sposób ich działania;	III
• przedstawia rolę zmysłu równowagi, zmysłu smaku i zmysłu węchu i wskazuje lokalizację odpowiednich narządów i receptorów;	III
• przedstawia przyczyny powstawania oraz sposób korygowania wad wzroku (krótkowzroczność, dalekowzroczność, astygmatyzm);	III
• przedstawia wpływ hałasu na zdrowie człowieka;	III
• przedstawia podstawowe zasady higieny narządów wzroku i słuchu.	III
• Układ dokrewny. Uczeń:	III
• wymienia gruczoły dokrewne, wskazuje ich lokalizację i przedstawia podstawową rolę w regulacji procesów życiowych;	III
• przedstawia biologiczną rolę: hormonu wzrostu, tyroksyny, insuliny, adrenaliny, testosteronu, estrogenów;	III
• przedstawia antagonistyczne działanie insuliny i glukagonu;	III
• wyjaśnia, dlaczego nie należy bez konsultacji z lekarzem przyjmować środków lub leków hormonalnych (np. tabletek antykoncepcyjnych, sterydów).	III
• Skóra. Uczeń:	II
• podaje funkcje skóry, rozpoznaje elementy jej budowy (na schemacie, modelu, rysunku, według opisu itd.) oraz przedstawia jej cechy adaptacyjne do pełnienia funkcji ochronnej, zmysłowej (receptory bólu, dotyku, ciepła, zimna) i termoregulacyjnej;	II
• opisuje stan zdrowej skóry oraz rozpoznaje niepokojące zmiany na skórze, które wymagają konsultacji lekarskiej.	II
• Rozmnażanie i rozwój. Uczeń:	III
• przedstawia budowę i funkcje narządów płciowych (męskich i żeńskich) oraz rolę gamet w procesie zapłodnienia;	III
• opisuje etapy cyklu miesięczkowego kobiety;	III
• przedstawia przebieg ciąży i wyjaśnia wpływ różnych czynników na prawidłowy rozwój zarodka i płodu;	III
• przedstawia cechy i przebieg fizycznego, psychicznego i społecznego dojrzewania człowieka;	III
• przedstawia podstawowe zasady profilaktyki chorób przenoszonych drogą płciową.	III

Stan zdrowia i choroby. Uczeń:	III
• przedstawia znaczenie pojęć "zdrowie" i "choroba" (zdrowie jako stan równowagi środowiska wewnętrznego organizmu, zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne; choroba jako zaburzenie tego stanu);	III
• przedstawia negatywny wpływ na zdrowie człowieka niektórych substancji psychoaktywnych (tytoń, alkohol), narkotyków i środków dopingujących oraz nadużywania kofeiny i niektórych leków (zwłaszcza oddziałujących na psychikę);	III
• wymienia najważniejsze choroby człowieka wywołane przez wirusy, bakterie, protisty i pasożyty zwierzęce oraz przedstawia zasady profilaktyki tych chorób; w szczególności przedstawia drogi zakażenia się wirusami HIV, HBV i HCV oraz HPV, zasady profilaktyki chorób wywołanych przez te wirusy oraz przewiduje indywidualne i społeczne skutki zakażenia;	III
• przedstawia czynniki sprzyjające rozwojowi choroby nowotworowej (np. niewłaściwa dieta, tryb życia, substancje psychoaktywne, promieniowanie UV) oraz podaje przykłady takich chorób;	III
• przedstawia podstawowe zasady profilaktyki chorób nowotworowych;	III
• uzasadnia konieczność okresowego wykonywania podstawowych badań kontrolnych (np. badania stomatologiczne, podstawowe badania krwi i moczu, pomiar pulsu i ciśnienia krwi);	III
• analizuje informacje dołączane do leków oraz wyjaśnia, dlaczego nie należy bez wyraźnej potrzeby przyjmować leków ogólnodostępnych oraz dlaczego antybiotyki i inne leki należy stosować zgodnie z zaleceniem lekarza (dawka, godziny przyjmowania leku i długość kuracji);	III
• przedstawia podstawowe zasady higieny;	III
• analizuje związek pomiędzy prawidłowym wysypianiem się a funkcjonowaniem organizmu, w szczególności wpływ na procesy uczenia się i zapamiętywania oraz odporność organizmu.	III
Genetyka. Uczeń:	III
• przedstawia znaczenie biologiczne mitozy i mejozy, rozróżnia komórki haploidalne i diploidalne, opisuje budowę chromosomu (chromatydy, centromer), rozróżnia autosomy i chromosomy płci;	III
• przedstawia strukturę podwójnej helisy DNA i wykazuje jej rolę w przechowywaniu informacji genetycznej i powielaniu (replikacji) DNA;	III
• przedstawia sposób zapisywania i odczytywania informacji genetycznej (kolejność nukleotydów w DNA, kod genetyczny); wyjaśnia różnicę pomiędzy informacją genetyczną a kodem genetycznym;	III
• przedstawia zależność pomiędzy genem a cechą;	III
• przedstawia dziedziczenie cech jednogenowych, posługując się podstawowymi pojęciami genetyki (fenotyp, genotyp, gen, allel, homozygota, heterozygota, dominacja, recesywność);	III
• wyjaśnia dziedziczenie grup krwi człowieka (układ ABO, czynnik Rh);	III
• przedstawia dziedziczenie płci u człowieka i podaje przykłady cech człowieka sprzężonych z płcią (hemofilia, daltonizm);	III
• podaje ogólną definicję mutacji oraz wymienia przyczyny ich wystąpienia (mutacje spontaniczne i wywołane przez czynniki mutagenne); podaje przykłady czynników mutagennych;	III
• rozróżnia mutacje genowe (punktowe) i chromosomowe oraz podaje przykłady chorób człowieka warunkowanych takimi mutacjami (mukowiscydoza, zespół Downa).	III
Ewolucja życia. Uczeń:	III
• wyjaśnia pojęcie ewolucji organizmów i przedstawia źródła wiedzy o jej przebiegu;	III
• wyjaśnia na odpowiednich przykładach, na czym polega dobór naturalny i sztuczny, oraz podaje różnice między nimi;	III
• przedstawia podobieństwa i różnice między człowiekiem a innymi naczelnymi jako wynik procesów ewolucyjnych.	III
Globalne i lokalne problemy środowiska. Uczeń:	III
• przedstawia przyczyny i analizuje skutki globalnego ocieplenia klimatu;	III
• uzasadnia konieczność segregowania odpadów w gospodarstwie domowym oraz konieczność specjalnego postępowania ze zużytymi bateriami, świetłówkami, przeterminowanymi lekami;	III
• proponuje działania ograniczające zużycie wody i energii elektrycznej oraz wytwarzanie odpadów w gospodarstwach domowych.	III
• wykazujące, że podczas fermentacji drożdże wydzielają dwutlenek węgla,	I
• sprawdzające wpływ wybranego czynnika na proces kiełkowania nasion,	I
• wykazujące rolę składników chemicznych kości,	II
• sprawdzające gęstość rozmieszczenia receptorów w skórze różnych części ciała,	II
• sprawdzające obecność skrobi w produktach spożywczych;	II
• mikroskopowych preparatów trwałych (np. tkanki zwierzęce, organizmy jednokomórkowe) i świeżych (np. skórka liścia spichrzowego cebuli, miąższ pomidora, liść moczarki kanadyjskiej, glony, pierwotniaki),	I
• zmian tętna i ciśnienia krwi podczas spoczynku i wysiłku fizycznego,	II
• wykazujących obecność płamki ślepej na siatkówce oka,	III
• w terenie przedstawicieli pospolitych gatunków roślin i zwierząt.	III

- w terenie obserwacji liczebności, rozmieszczenia i zagęszczenia wybranego gatunku rośliny zielnej.

III

Dodatkowe treści

matematyka

Cele

- **Rozumowanie i argumentacja:** Uczeń prowadzi proste rozumowania, podaje argumenty uzasadniające poprawność rozumowania.
- **Użycie i tworzenie strategii:** Uczeń stosuje strategię jasno wynikającą z treści zadania, tworzy strategię rozwiązania problemu.
- **Modelowanie matematyczne:** Uczeń dobiera model matematyczny do prostej sytuacji, buduje model matematyczny danej sytuacji.
- **Wykorzystywanie i interpretowanie reprezentacji:** Uczeń używa prostych, dobrze znanych obiektów matematycznych, interpretuje pojęcia matematyczne i operuje obiektami matematycznymi.
- **Wykorzystanie i tworzenie informacji:** Uczeń interpretuje i tworzy teksty o charakterze matematycznym, używa języka matematycznego do opisu rozumowania i uzyskanych wyników.

Dodatkowe cele

- Uczenie dostrzegania prawidłowości matematycznych w otaczającym świecie
- Przygotowanie do korzystania z nowych technologii informacyjno – komunikacyjnych.
- Uczenie się z wykorzystaniem zasobów interaktywnej platformy edukacyjnej oraz innych źródeł informacji

Metody

- **Wyniki Uczenia się. Pokaż im, czego oczekujesz!** Kiedy otrzymujesz od kogoś z uczniów pracę, która jest właśnie taka, na jakiej ci zależy, zeskanuj ją do komputera i wyświetl na tablicy multimedialnej. Zaznacz dokładnie miejsca dowodzące, że praca jest naprawdę dobra. Wielu uczniów często nie wie, jak powinna wyglądać praca na dobrym poziomie. Muszą zobaczyć cel. Dlatego tak ważne jest bycie konkretnym i dokładnym, gdy mówimy o naszych oczekiwaniach względem prac domowych. To sprawdza się naprawdę dobrze. - Czego nauczymy się na dzisiejszej lekcji? np. Nauczymy się dodawać. np. Nauczymy się, jak planować i pisać opowiadanie detektywistyczne. np. Nauczymy się, jak odróżniać ciecze od ciał stałych. - W jaki sposób mogę udowodnić, że wiem, albo potrafię to wykonać? Umiem wyjaśnić, dlaczego paliwo kopalne powstaje ze związków organicznych W Anglii dla pokazania, jakie kryterium nauczyciel zastosuje, oceniając kolejne prace domowe, wykorzystujemy akronim USŻ oraz TCST: USŻ oznacza Uczę Się, Żeby TCST oznacza To, Czego Szukam, To Jeśli stosuje się je dostatecznie często, uczniowie zaczynają się przyzwyczajać do kojarzenia uczenia się z celami, dla których się uczą, i wówczas mogą rozpocząć ocenianie własnej nauki. W ten sposób nie tylko kształtujemy samodzielnych uczniów, jakich chcemy widzieć na naszych lekcjach, ale również uczniów, którzy czują się bezpieczniej, ponieważ wiedzą, czego się od nich oczekuje. To wszystko jest częścią naszego całościowego celu, czyli sprawienia, by proces uczenia stał się dostrzegalny i kontrolowany.
- **Ocenianie własnej pracy:** Ocena nauki wiąże się zazwyczaj ze stawianiem stopnia. Stawiamy stopień zgodnie z przyjętymi standardami, patrząc na to, co zostało zrobione. Ocena wystawiona za uczenie się jest czymś zupełnie innym – sięga w przyszłość. Wyrażasz opinię bezpośrednio na temat pisemnej pracy ucznia – wyjaśniając, w jaki sposób oraz w którym miejscu pracę można udoskonalić. W pewnej klasie, w której prowadziłem zajęcia, jedna z nauczycielek na początku semestru oznajmiła, że z jej przedmiotu wszyscy uczniowie już mają piątki. Ocena ulegnie zmianie, jeśli oddadzą prace ocenione na mniej niż pięć. W przypadku większości uczniów sytuacja nabrała akcentów dramatycznych. Zdarzało się, że prosili o danie im więcej czasu na skończenie pracy. „Wiem, że mogę napisać jeszcze lepiej!”. Regularnie nakłaniamy uczniów, aby oceniali własne prace, już nawet w szkole podstawowej. Ponieważ dzielimy się kryteriami określającymi pracę dobrze wykonaną, zachęcamy uczniów do współpracy w ramach „partnerstwa w uczeniu się”. Nie tylko będą mogli oceniać nawzajem swoje prace, ale również komentować pozytywnie elementy, które ich zdaniem można udoskonalić. To jest właśnie przykład czynnego zaangażowania! Kiedy nauczyciel poświęca czas i wysiłek na napisanie komentarza czy też porady na temat pracy domowej ze wskazówkami, jak można ją udoskonalić, ważne jest, aby uczniowie rzeczywiście wprowadzali udoskonalenia. Można na przykład wstrzymać wystawienie oceny z kolejnej pracy, dopóki uczeń nie wprowadzi zmian w ocenionym już zadaniu. Opinia Ważne, by wykorzystać czas na wychwytywanie problemów, zanim uczniowie nabiorą złych nawyków w uczeniu się. Stąd istotne jest regularne opiniowanie ich pracy – zarówno tego, co robią dobrze, jak i tego, co mogliby jeszcze poprawić. Opiniowanie powinno być całkowicie skoncentrowane na pracy, nie na osobie ucznia. Tak więc: „Zdaje się, że w tym miejscu pojawia się problem” jest lepsze niż „Widać, że się z tym zmagasz”. Taki komentarz może składać się z trzech etapów i może wyglądać mniej więcej tak: - Komentarz pozytywny: „Podobało mi się/Doceniam przykłady oraz zakończenie...” - Konkretna porada, jak coś poprawić: „Gdybyś rozwinął myśl o tym, dlaczego tarcie spowalnia otwieranie spadochronu...” - Odniesienie do celów/założeń, jakie stawialiście sobie przed napisaniem pracy: „Uzgodniliśmy, że chcemy nauczyć się, jak dwie siły działają na siebie nawzajem!” Jeśli – co jest prawdą – ośrodek emocjonalny mózgu stanowi furtkę do uczenia się i pamięci, wówczas najgorszą rzeczą, jakiej mógłby dopuścić się nauczyciel, byłoby upokorzenie ucznia, zawstydzienie go przed rówieśnikami czy zlekceważenie go. Z drugiej strony, to właśnie czas poświęcony na budowanie pewności siebie ucznia przynosi owoc w postaci motywacji.
- **Początek, który przykuwa uwagę :** Zawodowi prezenterzy słyszą nieustannie: „Macie tylko jedną szansę na wywarcie pierwszego wrażenia!”. Zajęcia, które zawsze zaczynają się w taki sam sposób, nie inspirują. Kiedy nie możesz realnie stworzyć spektakularnego rozpoczęcia lekcji, warto pomyśleć, jak skupić uwagę uczniów i określić, co oznaczałaby interesująca lekcja. Pamiętaj, mózg uwielbia nowości. Czy możesz na przykład: - Znaleźć niezwykle zdjęcie w wyszukiwarce Google? Tej fotografii użyliśmy na zajęciach, ucząc o atomach. Powiedziałem uczniom, że jeżeli jądro atomu miałoby wielkość piłeczki do tenisa stołowego, którą położylibyśmy na środku stadionu piłkarskiego, elektrony buszowałyby na zewnątrz stadionu. Atom to w głównej mierze przestrzeń. Fotografia nie musi być tak na prawdę bezpośrednio związana z tym, o czym chcemy mówić. Badaczka procesów edukacyjnych dr Judy Willis zazwyczaj rozpoczyna zajęcia od przedstawienia niezwykłego, zjawiskowego zdjęcia. Rzuci uczniom wyzwanie, by znaleźli powiązanie zdjęcia z tematem lekcji, nim ta się skończy. Czasami sama nie umie znaleźć elementu łączącego! Twierdzi jednak, że nigdy się nie zawiodła. Uczniowie zawsze znajdują powiązanie – czasem niezwykle wymyślne i wyszukane. Willis wychodzi ze słusznego założenia, że jeżeli uczniowie na początku lekcji przedstawiają swoje przypuszczenia, ich uwaga przez całe zajęcia będzie skoncentrowana, by sprawdzić, czy mieli rację. Jakie na przykład można znaleźć powiązanie między tym zdjęciem NASA a demokracją? Czasami na początku lekcji możesz pokazać zdjęcie bądź obrazek, który niemal cały jest zakryty karteczkami samoprzylepnymi, a następnie stopniowo w trakcie lekcji odkrywać element po elemencie, prosząc uczniów o odgadnięcie, co może przedstawiać rysunek. Istnieje wiele miejsc na świecie, w których umieszczono kamery emitujące obraz na żywo. Sprawdź www.globocam.cpm i www.earthcam. Więcej przykładów stron i linków znajdziesz na stronie EduScience. - Postaw odpowiednio, ale zarazem kontrowersyjne pytanie. Na przykład, na lekcji historii o II wojnie światowej zapytaj, czy właściwym posunięciem było zastosowanie bomby atomowej w celu wcześniejszego zakończenia wojny. Pozwól, aby padło kilka krótkich odpowiedzi, a następnie

przeprowadź głosowanie. Na koniec lekcji powtórz głosowanie i zobacz, czy zdanie uczniów uległo zmianie. - Znajdź film lub wideoklip. Istnieje specjalna strona internetowa, na której znajdziesz 80, 000 wideoklipów, odpowiednich dla każdego przedmiotu i dowolnej grupy wiekowej uczniów. <http://streaming.discoveryeducation.com/> - Zaczynaj od zagadki. Możesz pokazać, dajmy na to, szkielet jakiegoś zwierzęcia. Koń, wąż, chrząszcz, robak. Które z wymienionych w tej grupie istot żywych nie pasują do reszty i dlaczego? Niech w miarę upływu lekcji znajdują powiązania, podobieństwa i różnice. - Rzuć uczniom wyzwanie, aby przygotowali początek lekcji dla ciebie Powiedz z wyprzedzeniem, jaki będzie temat kolejnej lekcji (jednemu z uczniów albo grupie) i zachęć, aby wykorzystali znane sobie dobrze zasoby i techniki, aby przygotować nietuzinkowe rozpoczęcie lekcji. Odwiedź stronę <http://animoto.com/> a zobaczysz, co można zrobić z twoimi zdjęciami i wideoklipami. - Zaczynaj od tamigiłówki Przedwczoraj Kasia miała 7 lat. Za rok będzie miała 10 lat. Jak to możliwe? Odpowiedź: Dzisiaj mamy 1 stycznia. Wczoraj (31 grudnia) Kasia miała 8 urodziny. W tym roku 31/12 będzie miała 9! W przyszłym roku 31/12 będzie miała 10 lat. - Na początek rzuć pytanie, na które odpowiedź padnie w trakcie lekcji. Jeśli 7, 11 i 17 to liczby pierwsze – co według ciebie charakteryzuje liczby pierwsze, jak mógłbyś je opisać? - A może zagadka? Im więcej tego masz – tym mniej to widzisz. Co to jest? Ciemność. - Zaczynaj od inspirującego cytatu "Pesymista widzi trudność w każdej szansie, optymista widzi szansę w każdej trudności.." Winston Churchill Na wielu stronach zamieściłem cytaty, które zdołały mnie zainspirować. - Rozpocznij jakąś ciekawostką, faktem z życia kogoś znanego. Przykład: Walt Disney został zwolniony przez wydawcę gazety, który powiedział mu: „Jesteś za mało kreatywny, żeby u nas pracować”. Einstein nie umiał płynnie mówić do czwartego roku życia, a czytać nie potrafił do ukończenia siedmiu lat. Nauczyciel Beethovena powiedział mu, że nic z niego nie będzie. Paul Gauguin wziął się do malowania obrazów, ponieważ nie powiodło mu się w roli maklera giełdowego Pisarka Marilyn Ferguson nie mogła tego lepiej ująć - „Twoja przeszłość nie przesądza o twoim potencjale!”. Ludzi sukcesu się tworzy – nie rodzi. A ta książka jest właśnie o tym, jak kształtować uczniów sukcesu. - Zaczynaj od rozważań na temat pochodzenia nazwy waszej miejscowości bądź nazwiska kogoś z uczniów – a następnie rozwiń temat, przechodząc do pochodzenia wyrażenia czy zwrotów. Weźmy na przykład taki zwrot, jak ang. acid test (test) - jego nazwa wywodzi się faktu, że kwas azotowy był wykorzystywany do sprawdzania czystości złota, stanowiącego środek płatniczy w czasach, gdy nie było jeszcze systemu monetarnego.

- **Pozytywna atmosfera** : Sala lekcyjna o wysokim poziomie energii/niskim poziomie zagrożenia może zawierać niektóre, bądź wszystkie z poniższych pomysłów: - Na początku każdego tygodnia nauczyciel wita uczniów w drzwiach klasy. - Umieszczamy na ścianie plakat lub plakaty ze wskazówkami, jak odnosić sukcesy w nauce. - Bijemy brawo po skutecznym rozwiązaniu problemu lub właściwym wykorzystaniu techniki uczenia się, np. po stworzeniu grupowej mapy myśli lub otrzymaniu dobrego wyniku w pracy w parach. - Podkreślaj, że w procesie uczenia się popełnianie błędów jest czymś normalnym, właściwie błędy są przydatną informacją zwrotną, która pokazuje, co jeszcze musimy zrobić. Dlatego nie ma powodu, by ukrywać popełniane błędy czy pomyłki. - Podstawowe zagadnienia tematu można czasami rozmieścić na linii wzroku wzdłuż klasy, kiedy uczniowie wchodzi na zajęcia. - Nawet dorośli mają kłopot z utrzymaniem koncentracji dłużej niż przez 30 minut. Jeśli to możliwe, rób krótkie 30-sekundowe przerwy dla mózgu, które pomogą dostarczyć mu tlen. Mózg stanowi zaledwie 2 procent masy ciała – wykorzystuje jednak 20 procent naszego tlenu. Dlatego przerwy, pozwalające uzupełnić dostawę tlenu do mózgu, dają podwójne korzyści. Zbieranie winogron to szybka i niezwykle efektywna zabawa. Powiedz uczniom, by wstali i wyobrazili sobie, że zrywają winogrona, które rosną wysoko nad ich głowami. Możesz również zaproponować, aby zgięli rękę i rytmicznie przez 30 sekund prawym łokciem sięgali do lewego kolana, potem lewym łokciem do prawego. Wracamy do omawianego tematu odświeżania. Ćwiczenia śródlekcyjne podnoszą noradrenalinę i uaktywniają substancję chemiczną w mózgu o nazwie BDNF - która odpowiada za zwiększenie zdolności mózgu do gromadzenia pamięci. Nie jest to więc zabawa sama w sobie – może bezpośrednio wpłynąć na poprawę nauki. - Wreszcie przeznacz czas na świętowanie. Klasa, która świętuje ukończenie planu pracy na koniec semestru, przynosząc jakieś smakołyki związane z tematem (np. potrawy Ameryki Południowej po zakończeniu rozdziału z geografii na temat tego obszaru) to klasa, do której chętniej będą chodzić. Nigdy nie zdziwił mi się powtarzanie, że ludzki umysł jest nastawiony na wychwytywanie nowości – nowe doświadczenia mają związek z potencjalnym zagrożeniem bądź możliwościami.
- **Koncentracja**: Ludzki umysł pracuje znacznie szybciej niż potrafisz mówić – dlatego czasami tracimy uwagę słuchaczy – nawet jeśli temat i sposób, w jaki go prezentujemy, jest zajmujący. Spróbuj utrzymać uwagę uczniów poprzez zadanie 5 pytań, na które odpowiedź padnie w trakcie lekcji podczas omawiania tematu. Będą szukać odpowiedzi. Możesz także ogłosić, że „w ciągu kolejnych pięciu minut celowo popełnisz dwa błędy”. Gdyby udało ci się poświęcić kilka minut przed lekcją, przygotuj kilka kart do gry w Bingo. Na karcie zapisz podstawowe hasła z lekcji. Pierwszy uczeń, który zawoła „Bingo”, zdobywa punkt dla drużyny. Poniżej przedstawiłem przykład gry, jaką wybieram do swojej prezentacji – wszystkie zasadnicze terminy pojawią się w tej książce. Sprawdź, czy uda ci się je zauważyć!
- **Bezstronność**: Opracuj swego rodzaju bezstronną metodę zwracania się do uczniów w trakcie lekcji. Całkiem dobrze sprawdza się przypisywanie uczniom numerów, a następnie ich losowe wybieranie. Możesz położyć numerki na stoliku i losować je z kuli. Takie podejście likwiduje podejrzenia o stronniczość i daje uczniom równe szanse na bycie wywołanym do odpowiedzi. Ponieważ nikt nie wie, czy jego numer nie zostanie wylosowany, lepiej się koncentrują. Jesteście gotowi? Od czasu do czasu możesz wykorzystać ten pomysł jako otwarcie lekcji. Napisz na tablicy słowo „energia” i „koncentracja”. Policz do trzech, na trzy każdy uczeń wykrzykuje liczbę od 1 – 10, która opisuje ich poziom energii. Zapisz na tablicy średnią liczbę. Następnie powtórzcie ten sam proces dla słowa „koncentracja”. Pozwól, aby tym razem uczniowie ocenili ogólną średnią liczbę. Przykładowo 14 z 20 = 70 procent. Możesz zaproponować, aby wstali i przyzywali rękami większą dawkę energii, następnie usiedli i spojrzeli na ciebie, mówiąc półgłosem „alee”, kiedy czują więcej energii. W ten sposób wprowadzasz element zabawy, poczucie wywierania wpływu, a co więcej, humor i atmosfera w klasie znacznie się poprawia.
- **Zwiastun**: Kocham zwiastuny w kinie. Bardzo często zamieszczają w nich najlepsze fragmenty – a niejednokrotnie są to jedyne dobre fragmenty w całym filmie! Wprowadź trochę urozmaicenia na lekcji takim zwiastunem. Na przykład: Wkrótce w kinach Krach na Wall Street! - Rok, w którym rodzina z Nowego Jorku została zmuszona do zamieszkania w jaskini w centrum Manhattanu. - Miliony ludzi na ulicach desperacko poszukują pracy. - Bankierzy skaczą z okien wieżowców. - Świat w stanie topnienia lodowców. - Ceny mieszkań spadają o 80 procent. - Czy to koniec świata? - Jesteś sędzią. - Wszystko to wydarzy się na lekcji we wtorek rano. - Nie przegap tego! - Przyjdź i dowiedz się więcej, jeśli starczy ci odwagi! - Film dozwolony od 15 lat. Teraz, w myśl idei „uczyć-uczników-uczenia się”, kiedy już wprowadziłeś koncepcję kreowania zwiastunów, zaproś młodzież do tworzenia własnych w przyszłości. Podaj temat, który będziecie wkrótce opracowywać, daj im czas, aby mogli go zgłębić i zbadać oraz wymyślić zwiastun dla całej klasy. Możesz ćwiczenie przekształcić w konkurs. Mogą nawet przygotować plakat! Mają świetną zabawę, przy czym gromadzą istotne punkty.
- **Zapytaj ich!**: Przedstawione powyżej pomysły zostały sprawdzone i naprawdę świetnie działają. Przed wprowadzeniem ich do praktyki poddaliśmy je testom i analizom, ponieważ nastawienie umysłu ucznia określa, jak dobrze będzie się uczył. Priorytetem więc jest wprowadzenie uczniów w pozytywny, gotowy-do-nauki stan umysłu. Możesz oczywiście dodawać niektóre z tych pomysłów do określonych strategii uczenia, które zaraz zaczniemy zgłębiać – a otrzymasz w efekcie klasę, która chce się uczyć, ponieważ sprawia im to radość. Uczniowie na ochotnika będą spędzać godziny na uczeniu się o swoim hobby, bo sprawia im to przyjemność. Osobiście wierzę, że radość w klasie jest koniecznością – a nie jakimś bonusem. No i wreszcie, jeśli chcesz wiedzieć, co takiego motywuje twoich uczniów do nauki – zwyczajnie zapytaj ich o to! Jeden z badaczy – Sass, tak właśnie zrobił. Oto 8 motywatorów wymienionych w jego klasie, które pewnie was nie zaskoczą: 1. Entuzjazm nauczyciela 2. Dobre stosunki między nauczycielem a uczniami 3. Odpowiednie materiały 4. Dobra organizacja

przebiegu zajęć 5. Odpowiedni poziom zaawansowania/stożenie trudności materiałów 6. Czynne zaangażowanie uczniów 7. Różnorodność 8. Stosowanie właściwych, konkretnych i zrozumiałych przykładów Zadałem niedawno pytanie grupie uczniów, jak mógłbym zmienić lekcję, aby mogła ich bardziej inspirować i motywować. Ich najwyższej notowane odpowiedzi: - stosowanie różnych metod uczenia - w tym gier, zabaw i Internetu - ćwiczenia praktyczne - więcej pracy w grupie i rozmów - projekty, które trwają przez kilka lekcji - jasne cele oraz określenie kryteriów odnoszenia sukcesu - praca indywidualna W świecie biznesu zawsze pytamy klienta o jego preferencje, oczekiwania oraz o to, czego sobie nie życzy. Nazbyt rzadko pytamy o to naszych uczniów. Kiedy jednak zadamy im takie pytanie, przekonacie się, że ich odpowiedzi są sensowne i bardzo przydatne.

- **Ocena wstępna:** Cała wiedza budowana jest na uprzednio zdobytych informacjach. Zaczynając od wizualizacji ogólnego zarysu, możesz wyjść z pytaniem o to, co już wiedzą na dany temat. Informacje pochodzą od nich i sprawiają, że aktywnie zaczynają uczestniczyć w procesie nauki. Taki wywiad pomaga ci również ocenić, na czym należy skoncentrować się w trakcie prowadzenia lekcji - bo skąd możemy wiedzieć, czego uczyć, jeśli nie mamy pewności, co nasi uczniowie już wiedzą?
- **Gotowe Notatki do Powtórek:** Uczniom potrzebne są wskazówki i podpowiedzi, w jaki sposób prowadzić dobre notatki. Nie wszyscy uczniowie czują się komfortowo w tworzeniu map myśli - mogą one nie pasować do ich stylu uczenia się. Poniższy format, sprawdzony i przebadany, odpowiada uczniom myślącym bardziej linearnie. Poprowadź wzdłuż strony linię i podziel ją, zostawiając mniej więcej dwie trzecie miejsca po lewej stronie. Uczniowie właśnie po lewej zapisują swoje notatki. Pod koniec lekcji poświęć kilka chwil na wypisanie podstawowych haseł w kolumnie po prawej stronie, mogą to być również odpowiednie cytaty, przykłady, wzory czy definicje. Wreszcie na samym końcu uczniowie wyciągają wnioski z przedstawionych faktów. Zaleta tego typu notatek jest dwojaka. Po pierwsze, zachęcają uczniów do myślenia o tym, czego się nauczyli - podstawowy element zrozumienia i zapamiętywania. Po drugie, notatki są prowadzone w taki sposób, że powtórki przed testem czy sprawdzianem są łatwe i nie zabierają dużo czasu. Kiedy uczeń odczyta podstawowe hasła i przykłady, szczegóły dotyczące tematu powrócą wielką falą. Taka forma prowadzenia notatek pozwala powtarzać materiał według określonego schematu (patrz: fragment dotyczący pamięci), który może poprawić zdolność zapamiętywania tematu aż o 400 procent!
- **Porównania i metafory:** Impuls nerwowy przechodzący przez komórkę mózgową bądź nerwową można porównać do energii elektrycznej przemieszczającej się w dół kabla. Kiedy natomiast myśl przeskakuje z jednego dendrytu do drugiego za pomocą synapsy, używając neuroprzekaźnika, można porównać ten proces do szczura wodnego pływającego od jednego brzegu do drugiego. Oba przypadki to porównania - obrazy wizualne, które wspomagają zrozumienie i zapamiętywanie. Uczniowie mogą sami wymyślać porównania, wystarczy, abyś zadał im pytanie: „Co wam to przypomina - jak to wygląda?”. Następnie możesz postawić pytanie pomocnicze, naprowadzające na odpowiedź „A jak się różnią?” „Co jeszcze może to przypominać?”.
- **Maty uczenia się:** To błyskawiczne arkusze - często laminowane i opracowane przez poszczególne departamenty edukacji, odpowiadające za dany przedmiot. Stanowią swego rodzaju podsumowanie tego, w jaki sposób uczniowie powinni rozwiązywać problemy związane z danym tematem. Każdy departament może przygotować maty uczenia się, które podpowiadają uczniom, jak najlepiej podejść do tematu z fizyki, literatury, historii, pisania wypracowania, tematu z geografii czy podstawowych zadań z matematyki.
- **Wprowadzenie do uczenia się we współpracy - podstawy:** Zaczynaj od jednej lekcji i powoli wprowadzaj model współpracy, do którego ty i twoi uczniowie będziecie się przyzwyczajać. Grupy, w których nauka odbywa się poprzez współpracę, sprawdzają się najlepiej i są najbardziej efektywne przy zadaniach mających na celu rozwiązywanie problemów, analizę krytyczną oraz naukę konceptualną. 1) Wybierz odpowiednią wielkość grupy. Będzie się ona różnić zależnie od zdolności kooperatywnych członków grupy (im mniej uzdolnieni uczniowie, tym mniejsza grupa); określ czas przeznaczony na wspólną pracę (krótszy czas pracy, mniejsza grupa) oraz zdecyduj o charakterze zadania. 2) Przydziel uczniów do grup. Grupy heterogeniczne zazwyczaj są bardziej efektywne. Sukces grup, które ze sobą współpracują, w dużej mierze polega na potrzebie rozmowy, wyjaśnień, uzasadnień oraz na tworzeniu wspólnych rozwiązań. Tak więc szybkie dojście do konsensusu bez podjęcia dyskusji na dany temat nie wnosi do procesu uczenia się tak wiele, jak możliwość wyboru różnych perspektyw i rozważenie rozmaitych możliwości. Możesz przydzielić uczniów do grup na podstawie wyników określających ich profile inteligencji wielorakich bądź losowo, np. według dat urodzenia. 3) Przygotuj salę lekcyjną. Członkowie grupy muszą siedzieć blisko siebie i utrzymywać kontakt wzrokowy, aby móc wspólnie analizować materiały i swobodnie prowadzić dyskusję, wymieniając się poglądami i pomysłami. 4) Zadbaj o odpowiednie materiały. Postaraj się, aby członkowie grupy podpisali się na jednej kartce papieru - jest to jeden ze sposobów na podkreślenie „pozytywnej współzależności”. 5) Podaj dokładny opis zadania i celu oraz określ, jakich zachowań oczekujesz od grupy - (jak zawsze postaraj się, aby proces uczenia się był wyraźny). Cel, jaki ma osiągnąć grupa, komunikuje członkom zespołu, że razem muszą stawić czoło zadaniu i być zainteresowani zrozumieniem materiału przez innych uczniów tak samo, jak swoim.

Dodatkowe metody

burza mózgow
kula śniegowa
studium przypadków
gry i zabawy dydaktyczne

Treści

Tekst	Rok realizacji
Liczby wymierne dodatnie. Uczeń:	I
• odczytuje i zapisuje liczby naturalne dodatnie w systemie rzymskim (w zakresie do 3000);	III
• dodaje, odejmuje, mnoży i dzieli liczby wymierne zapisane w postaci ułamków zwykłych lub rozwinięć dziesiętnych skończonych zgodnie z własną strategią obliczeń (także z wykorzystaniem kalkulatora);	I
• zamienia ułamki zwykłe na ułamki dziesiętne (także okresowe), zamienia ułamki dziesiętne skończone na ułamki zwykłe;	I
• zaokrągla rozwinięcia dziesiętne liczb;	I
• oblicza wartości nieskomplikowanych wyrażeń arytmetycznych zawierających ułamki zwykłe i dziesiętne;	I
• szacuje wartości wyrażeń arytmetycznych;	I

- stosuje obliczenia na liczbach wymiernych do rozwiązywania problemów w kontekście praktycznym, w tym do zamiany jednostek (jednostek prędkości, gęstości itp.).

Liczby wymierne (dodatnie i niedodatnie). Uczeń:

- interpretuje liczby wymierne na osi liczbowej. Oblicza odległość między dwiema liczbami na osi liczbowej;
- wskazuje na osi liczbowej zbiór liczb spełniających warunek typu: $x \geq 3$, $x < 5$
- dodaje, odejmuje, mnoży i dzieli liczby wymierne;
- oblicza wartości nieskomplikowanych wyrażeń arytmetycznych zawierających liczby wymierne.

Potęgi. Uczeń:

- oblicza potęgi liczb wymiernych o wykładnikach naturalnych;
- zapisuje w postaci jednej potęgi: iloczyny i ilorazy potęg o takich samych podstawach, iloczyny i ilorazy potęg o takich samych wykładnikach oraz potęgę potęgi (przy wykładnikach naturalnych);
- porównuje potęgi o różnych wykładnikach naturalnych i takich samych podstawach oraz porównuje potęgi o takich samych wykładnikach naturalnych i różnych dodatnich podstawach;
- zamienia potęgi o wykładnikach całkowitych ujemnych na odpowiednie potęgi o wykładnikach naturalnych;
- zapisuje liczby w notacji wykładniczej, tzn. w postaci $a \cdot 10^k$, gdzie $1 \leq a < 10$ oraz k jest liczbą całkowitą.

Pierwiastki. Uczeń:

- oblicza wartości pierwiastków drugiego i trzeciego stopnia z liczb, które są odpowiednio kwadratami lub sześciątami liczb wymiernych;
- wyłącza czynnik przed znak pierwiastka oraz włącza czynnik pod znak pierwiastka;
- mnoży i dzieli pierwiastki drugiego stopnia;
- mnoży i dzieli pierwiastki trzeciego stopnia.

Procenty. Uczeń:

- przedstawia część pewnej wielkości jako procent lub promil tej wielkości i odwrotnie;
- oblicza procent danej liczby;
- oblicza liczbę na podstawie danego jej procentu;
- stosuje obliczenia procentowe do rozwiązywania problemów w kontekście praktycznym, np. oblicza ceny po podwyżce lub obniżce o dany procent, wykonuje obliczenia związane z VAT, oblicza odsetki dla lokaty rocznej.

Wyrażenia algebraiczne. Uczeń:

- opisuje za pomocą wyrażeń algebraicznych związki między różnymi wielkościami;
- oblicza wartości liczbowe wyrażeń algebraicznych;
- redukuje wyrazy podobne w sumie algebraicznej;
- dodaje i odejmuje sumy algebraiczne;
- mnoży jednomiany, mnoży sumę algebraiczną przez jednomian oraz, w nietrudnych przykładach, mnoży sumy algebraiczne;
- wyłącza wspólny czynnik z wyrazów sumy algebraicznej poza nawias;
- wyznacza wskazaną wielkość z podanych wzorów, w tym geometrycznych i fizycznych.

Równania. Uczeń:

- zapisuje związki między wielkościami za pomocą równania pierwszego stopnia z jedną niewiadomą, w tym związki między wielkościami wprost proporcjonalnymi i odwrotnie proporcjonalnymi;
- sprawdza, czy dana liczba spełnia równanie stopnia pierwszego z jedną niewiadomą;
- rozwiązuje równania stopnia pierwszego z jedną niewiadomą;
- zapisuje związki między nieznanymi wielkościami za pomocą układu dwóch równań pierwszego stopnia z dwiema niewiadomymi;
- sprawdza, czy dana para liczb spełnia układ dwóch równań stopnia pierwszego z dwiema niewiadomymi;
- rozwiązuje układy równań stopnia pierwszego z dwiema niewiadomymi;
- za pomocą równań lub układów równań opisuje i rozwiązuje zadania osadzone w kontekście praktycznym.

Wykresy funkcji. Uczeń:

- zaznacza w układzie współrzędnych na płaszczyźnie punkty o danych współrzędnych;
- odczytuje współrzędne danych punktów;
- odczytuje z wykresu funkcji: wartość funkcji dla danego argumentu, argumenty dla danej wartości funkcji, dla jakich argumentów funkcja przyjmuje wartości dodatnie, dla jakich ujemne, a dla jakich zero;

• odczytuje i interpretuje informacje przedstawione za pomocą wykresów funkcji (w tym wykresów opisujących zjawiska występujące w przyrodzie, gospodarce, życiu codziennym);	III
• oblicza wartości funkcji podanych nieskomplikowanym wzorem i zaznacza punkty należące do jej wykresu.	III
Statystyka opisowa i wprowadzenie do rachunku prawdopodobieństwa. Uczeń:	
• interpretuje dane przedstawione za pomocą tabel, diagramów słupkowych i kołowych, wykresów;	I
• wyszukuje, selekcjonuje i porządkuje informacje z dostępnych źródeł;	I
• przedstawia dane w tabeli, za pomocą diagramu słupkowego lub kołowego;	II
• wyznacza średnią arytmetyczną i medianę zestawu danych;	II
• analizuje proste doświadczenia losowe (np. rzut kostką, rzut monetą, wyciąganie losu) i określa prawdopodobieństwa najprostszych zdarzeń w tych doświadczeniach (prawdopodobieństwo wypadnięcia orła w rzucie monetą, dwójki lub szóstki w rzucie kostką, itp.).	III
Figury płaskie. Uczeń:	
• korzysta ze związków między kątami utworzonymi przez prostą przecinającą dwie proste równoległe;	I
• rozpoznaje wzajemne położenie prostej i okręgu, rozpoznaje styczną do okręgu;	II
• korzysta z faktu, że styczna do okręgu jest prostopadła do promienia poprowadzonego do punktu styczności;	II
• rozpoznaje kąty środkowe;	II
• oblicza długość okręgu i łuku okręgu;	II
• oblicza pole koła, pierścienia kołowego, wycinka kołowego;	II
• stosuje twierdzenie Pitagorasa;	II
• korzysta z własności kątów i przekątnych w prostokątach, równoległobokach, rombów i w trapezach;	I
• oblicza pola i obwody trójkątów i czworokątów;	I
• zamienia jednostki pola;	I
• oblicza wymiary wielokąta powiększonego lub pomniejszonego w danej skali;	I
• oblicza stosunek pól wielokątów podobnych;	III
• rozpoznaje wielokąty przystające i podobne;	III
• stosuje cechy przystawiania trójkątów;	I
• korzysta z własności trójkątów prostokątnych podobnych;	III
• rozpoznaje pary figur symetrycznych względem prostej i względem punktu. Rysuje pary figur symetrycznych;	I
• rozpoznaje figury, które mają oś symetrii, i figury, które mają środek symetrii. Wskazuje oś symetrii i środek symetrii figury;	I
• rozpoznaje symetralną odcinka i dwusieczną kąta;	I
• konstruuje symetralną odcinka i dwusieczną kąta;	I
• konstruuje kąty o miarach 60°, 30°, 45°;	I
• konstruuje okrąg opisany na trójkącie oraz okrąg wpisany w trójkąt;	II
• rozpoznaje wielokąty foremne i korzysta z ich podstawowych własności.	III
Bryły. Uczeń:	
• rozpoznaje graniastosłupy i ostrosłupy prawidłowe;	II
• oblicza pole powierzchni i objętość graniastosłupa prostego, ostrosłupa, walca, stożka, kuli (także w zadaniach osadzonych w kontekście praktycznym);	II
• zamienia jednostki objętości.	II

Dodatkowe treści

Proporcjonalność. Uczeń:

- rozwiązuje równania w postaci proporcji
- rozpoznaje wielkości wprost i odwrotnie proporcjonalne
- rozwiązuje zadania tekstowe związane z proporcjonalnością